

INTELIGÊNCIA QUÂNTICA **e o Resgate da Alma**

Jorge Menezes



série
**INTELIGÊNCIA
QUÂNTICA**

HAPHA EDITORA



JORGE MENEZES

INTELIGÊNCIA QUÂNTICA
e o Resgate da Alma

HADITH EDITORA

Porto Alegre, 2016

© Jorge Menezes 2016

Idealização de capa: do autor

Foto do autor: Luciane Felipe

Produção Gráfica: Exclamação - www.exclamacao.com

Impressão: Gráfica e Editora Pallotti

Preparação de original e revisão: Luciane Felipe

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

M543i Menezes, Jorge.
Inteligência quântica e o resgate da alma / Jorge Menezes. –
Porto Alegre : Hapha, 2016.
176 p. ; 21 cm.

Inclui anexo.
ISBN 978-85-61122-17-1

1. Inteligência quântica. 2. Resgate da alma. 3. Xamanismo. 4.
Mente humana - Poder. 5. Homem - Qualidades. 6. Comunicação.
7. Espiritualidade. I. Título.

CDU 291.612
CDD 299.8

(Bibliotecária responsável: Sabrina Leal Araujo – CRB 10/1507)

HAPHA EDITORA LTDA

Rua Euclides da Cunha, 287

Porto Alegre - RS

www.haphaeditora.com.br

haphaeditora@hapha.com.br

Todos os direitos autorais são reservados ao autor. Nenhuma parte desta obra poderá ser utilizada ou reproduzida, em qualquer meio ou forma, nem apropriada ou estocada em sistemas de banco de dados, sem expressa autorização do autor.

Dedicatória

Dedico este livro às pessoas que, com sua boa vontade e inteligência, trabalham para fazer a diferença no mundo. São pessoas que doam seu tempo a seus semelhantes, o que inclui o planeta, colocando suas necessidades muitas vezes em segundo plano para beneficiar a causa do próximo, cujas necessidades entendem maiores do que as suas. Ensinam um pouco do que sabem a quem quer aprender e estão sempre prontas para se comprometer com causas de relevância social. Graças a elas, funcionam centros espíritas, igrejas, centros de reabilitação de dependentes disso ou daquilo, campanhas vitoriosas pelos direitos dos animais, dos mais fracos, pela proibição do uso de carroças, hospitais não são fechados, e muito mais.

É gente que gosta de gente, que gosta dos animais, da natureza toda. Trabalham, porque gostam de ajudar e sentem o quanto isso é importante para o bem-estar de todas as formas de vida do planeta. Já descobriram que a vida não vale muito, se não praticarmos a caridade. São pessoas que já se tornaram ou que desejam se tornar seres humanos de um novo tempo, comprometidas em cuidar daqueles que precisam.

E quem gosta de ajudar sabe que sempre se dá um jeito. Mesmo alguém que possui dificuldade de movimento, pode fazer a diferença, assinando um abaixo-assinado na Internet. Muitas vitórias já vi acontecer com iniciativas desse tipo. Se não

dá para se movimentar, usar computador, ainda dá para orar por quem precisa, uma das formas mais efetivas de ajuda que existem. Sempre dá para fazer algo pelo outro.

É gente que procura não ferir com palavras; é o motorista de ônibus que sempre que pode pega o passageiro; o garçom que serve com gosto as pessoas; o engenheiro que faz seu trabalho com cuidado e responsabilidade, porque sabe que precisa ser bem feito e seguro; é a professora que sabe de seu papel como modelo e incentivadora de seus alunos.

Tudo isso, é claro, não deveria ser um diferencial. Deveria ser o normal, mas, enquanto ainda não é, e até mesmo para se tornar o normal, é preciso exaltar. E esse tipo de gente tão bonita, que possui, em seu espírito, a chama da caridade, sabe que não as estou elogiando simplesmente. Não precisam disso. Sabem que sua postura diante da vida é o que merece ser exaltado, como forma de estimular outras pessoas a também serem assim.

Que cada ser humano possa encontrar, na lucidez, na bondade, no respeito pelo outro, na calma, no engajamento em causas assistenciais, e na valorização e aperfeiçoamento de suas capacidades, uma forma de resgatar sua alma, reencontrar o próprio valor e contribuir com todos os seres do planeta e com nossa amada Mãe Terra, em suas estradas de evolução.

Que, a partir do resgate de sua alma, cada um escolha dar o passo definitivo para o comprometimento com a causa do Grande Mistério.

Jorge Menezes

A colher de casca de coco



Tudo o que Ramana fazia era meticulosamente correto, fosse corrigindo provas ou encadernando um livro, preparando uma refeição ou recortando e polindo uma colher de casca de coco.

Esta passagem faz parte do livro *Ramana Maharshi e o caminho do autoconhecimento*, escrito por Arthur Osborne. Com ela, o autor nos dá a exata noção da delicadeza, da percepção, da dedicação e do cuidado que Ramana, um dos grandes mestres de nosso tempo, dispensava a cada tarefa que realizava. Não era diferente com as pessoas, com os animais, com a natureza que o rodeava. Seu olhar se depositava com amor, paciência e atenção sobre todos, e esse amor acendia luzes no corpo e na consciência de quem fosse agraciado por seu olhar. Cada um passava a se sentir melhor e mais forte, quando recebia essa graça.

Ramana construiu sua colher de casca de coco com toda calma, paciência e perfeição, dando a ela tudo de si, sua atenção, dedicação, amor. Deu a ela o seu olhar e a im-

portância que merecia. Que também possamos, como ele, compreender a importância de todos os seres e oferecer a eles nosso olhar. Que nosso trabalho de todos os dias seja considerado por nós uma dádiva e que realizemos cada tarefa com amor, seja ela qual for.

Esse amor e dedicação é o que nos pede a grande mudança do planeta para um novo nível de consciência, de bondade, de alegria, de respeito pelo próximo e de dedicação amorosa às missões diárias que nos são oferecidas pela sabedoria do Grande Mistério.

É muito importante que todos os trabalhos sejam bem feitos. Não há mais espaço para a negligência, pois estamos adentrando o tempo da competência.

Feche seus olhos por alguns instantes. Enxergue Ramana construindo sua colher de casca de coco. Ame a **paciência** que ele sentiu, ame a **calma**, a **dedicação** e o **amor** que ele dispensou a ela naquele momento. Feito isso, essas qualidades passam a também fazer parte de você. Cada trabalho desenvolvido por você, a partir de então, contará com essas características. É sua Inteligência Quântica atuando no resgate de sua alma e mostrando que somos todos um na linha do eterno presente.

Aos leitores

Todo livro que escrevo é motivado por alguma situação especial, pela sugestão de alguém, por um fato importante, enfim. Este escrevi em função de uma situação que se passou em um dos grupos com o qual trabalho, situação essa que deixou evidente um problema que, embora esteja sendo vencido no mundo, e creio mesmo que logo se extinguirá, ainda faz parte do jeito de ser de muita gente. Refiro-me às pessoas que não se importam. Não se importam umas com as outras, não se importam com compromissos, não se importam com suas formas de agir e com as consequências do que fazem, não se importam com a sociedade, com os grupos dos quais fazem parte, não se importam com a natureza, não se importam em manter a palavra dada. Muitas vezes, não se importam nem com elas mesmas. Desmotivadas ou agindo de forma irresponsável, não tocam a vida pra frente. Em um eterno “depois eu faço”, deixam a vida passar e se iludem, achando que esse jeito negligente de ser “não dá nada”.

Os interesses de algumas dessas pessoas são muito egoístas e giram em torno do que distrai suas mentes e da aquisição de objetos, viagens, imóveis, carros, da necessi-

dade de se fazerem ouvidas e aparecerem em redes sociais. Para algumas, o que conta é o reconhecimento profissional, mas só isso. Para outras, nada disso importa. Talvez para essas o sentido das coisas e de si mesmas tenha se esvaziado de tal forma que perderam o interesse por exaltarem a si ou adquirirem isso ou aquilo. Diferente do que acontece com as mais egoístas, vejo essas últimas com mais chances de mudança, porque, quando percebem o quanto é bom trabalhar por uma causa maior, encontram um sentido para a vida e facilmente se modificam. Todos podem se modificar, é claro, porém as mais egoístas terão que dispende um esforço maior.

Apesar disso, tenho para mim que as pessoas estão melhorando, que o mundo está melhorando. Inserir-se dentro dessa nova onda de comportamento que está tomando conta do planeta é o que devemos buscar. Nos unir, por semelhança, a esse conjunto de pessoas boas, mais conscientes de sua responsabilidade social e mais comprometidas com o bem do outro, com o planeta, dispostas a dar seu tempo pelo próximo, seja pessoa, animal, planta, é o que todos deveríamos buscar.

Mas voltemos à situação que citei no início e que me levou a escolher o tema deste livro. O que aconteceu foi o seguinte. O grupo de que falei existe há dezessete anos, sou eu o dirigente, e os encontros acontecem uma vez por semana. Durante todo esse tempo, nunca faltei a um trabalho sequer.

Mas esse ano, tive um acidente caseiro e não pude ir. O trabalho aconteceu da mesma forma, e eu pedi que fosse dito às pessoas o que havia acontecido, sem dar muitos detalhes para não preocupar os presentes. Passados três dias, somente três pessoas do grupo, que possui trinta membros, ligaram para saber como eu estava. Seria algo natural essa preocupação, já que todos sabiam que eu não faltaria ao trabalho por um motivo banal.

Quando me dei conta desse funcionamento, mesmo conhecendo os pontos fracos de cada uma das pessoas do grupo, fiquei preocupado, porque ficou claro que eu, Jorge, não era importante. O Jorge era de menos. Desde que houvesse um dirigente para o trabalho, o Jorge era de menos. Eu não me senti mal, porque, como disse, conheço as pessoas com as quais trabalho e uso com elas o que chamo de olhar terapêutico, ou seja, um olhar que vê possibilidades de melhora, mas que sabe que problemas existem. Por outro lado, lamentei por ainda serem assim, por ainda não terem evoluído a ponto de agregarem qualidades a si mesmas e se importarem com o bem-estar de alguém com quem convivem há tanto tempo. Então, na semana seguinte, levei essa reflexão para o grupo. Uma das integrantes, no final do trabalho, me pediu desculpas por não ter ligado. Ela disse: *“Eu sou assim. Até meu marido me chama a atenção, porque eu pouquíssimo ligo para a minha mãe. Eu tenho que telefonar para saber como ela está e eu não ligo”*.

Tenho por princípio não julgar ninguém, nem esperar nada de ninguém, justamente, porque não se conhece a estrada infinita do espírito do outro, as motivações de sua alma e seus desafios. Mas, independentemente disso, por ser eu o dirigente do grupo, achei importante colocar essa questão às pessoas e mostrar que há, sim, erro nessa forma de ser e de agir. Disse que esse descuido com o outro, esse não se importar, essa falta de percepção do que o outro pode estar precisando são sinais de pouca evolução espiritual, que se revela como falta de amor, de bondade, de lucidez até. Mostrei o quanto todas as pessoas que não ligaram para saber como eu estava são movidas pelo que chamei de “fluxo”. Não são motivadas pela harmonia que deveria existir entre irmãos. Sem perceberem o que é realmente importante, são carregadas pelo fluxo dos acontecimentos, prova de que agem pelo que chamo *poder da mente* e não pelo *poder da alma*. Colocarei mais sobre isso a você no livro.

Assim como levei essa reflexão para o grupo, achei importante dividir a história com mais gente, para que as pessoas possam usar as lições dessa passagem em suas vidas, a fim de se tornarem mais espiritualizadas, usando mais vezes seu *poder da alma*.

Você se importa? Se você se importa, você faz parte das pessoas que, como eu, já se deram conta de que existe grande erro em não se importar com o outro. Ocorre que o não se

importar, além de não dar o auxílio necessário a quem precisa hoje, cria um problema que se agravará no futuro, mas que já se faz perceber bastante hoje, tanto na própria pessoa que não se importa, quanto nas crianças que são criadas sem que delas seja exigida a postura do “se importar”.

É evidente que quem não se importa percebe menos as coisas. Para entender isso, basta observar como agem os cachorros, eles que nos têm dado lições as mais diversas e valiosas todos os dias. Jack Black, meu amigo de todas as horas, com seu olhar paciente e atento, não perde um único movimento das pessoas da casa, dos sons do ambiente, dos cheiros. Nada lhe escapa. Ele sabe quando vamos sair, muito antes de abrirmos a porta. Se alguém vai chegar, ele também sabe. E sabe mesmo antes de qualquer som que possa ouvir. Alguns minutos antes do carro da pessoa estacionar, ele já se coloca de pé, aguardando. Isso evidencia que sua percepção de Campo Quântico e sua capacidade de observação são muitíssimo aguçadas. Ele coloca seu olhar sobre quem ele ama. Por que ele age assim? Porque ele se importa. E nós também nos importamos com ele, porque não deixamos passar despercebidos seus movimentos e suas necessidades. Sempre sabemos onde ele está, o que está fazendo, o de que ele precisa, sempre com muito carinho, o que não significa que não haja exigências. Ele sabe quem manda, e isso é muito importante para ele, porque assim ele sente que tem quem o proteja. Por tudo isso, é muito importante fortalecer,

nas crianças, esse comportamento através dos exemplos dos adultos, de suas atitudes e mesmo da exigência da atenção da criança àquilo que lhe estiver sendo dito. Uma criança sempre deve olhar para seus pais, quando eles estiverem falando com ela. Exigir isso é sinal de amor.

O se importar é qualidade que falta a muitos pais e mães hoje em dia. E assim muitas crianças crescem sem serem percebidas por eles e sem aprenderem como perceber os outros e as coisas a sua volta.

Semana passada, em um voo do Rio de Janeiro a São Paulo, sentei ao lado de um menino que deveria ter algo em torno de sete anos. Durante toda a viagem, ele se ocupou com um celular. Ao sair, ele deixou para trás, no chão, o copo do suco que tomou, e, no assento, a caixa do sanduíche que recebeu e não comeu e também o casaco. Como ele e os pais saíram antes de mim do avião, só consegui entregar o casaco ao menino depois, quando os encontrei no ônibus que faria o transporte até outro local no aeroporto. Novamente no ônibus, o menino estava entretido com o celular. Vi que o pai dele também estava entretido com seu próprio celular. O pai agradeceu muito, e o menino se assustou, quando viu, em minha mão, o seu casaco que percebeu ter esquecido no avião. Provavelmente esse menino seja amado por seus pais, mas certamente não está recebendo o tanto de olhar que o tornaria capaz de perceber mais a vida, hoje e no futuro.

Deixando o exemplo dessa família e tomando uma situação geral, se perguntarmos aos pais, se amam seus filhos, dirão que sim, claro. O problema está no quanto conseguem amar. O que vem primeiro? Os próprios desejos ou a necessidade dos filhos? Quantos pais estão dispostos a deixar a conversa com os amigos de lado na mesa de um restaurante para estimular a capacidade de interação das crianças? Mais fácil é entregar o celular a elas para se distraírem, mas certamente não é a melhor escolha. E quantos param para se perguntar qual a consequência disso?

Quantos pais colocam a própria necessidade de aceitação em segundo plano para dar os devidos limites aos filhos? Muitos preferem não se colocar no papel de mau, porque podem perder o amor dos filhos. Outros, sem se importarem com as consequências dessa forma de agir, simplesmente preferem não se incomodar. E então se criam crianças que não têm sobre si o olhar dos pais. Por outro lado, crianças cujos pais as percebem, mesmo que não estejam em sua presença, sabem como agir. Isso acontecia comigo com frequência. Quando, na infância, eu estava no colégio e precisava tomar uma decisão importante, logo me vinha à mente a figura de meu pai e, de uma forma muito rápida, pensava que minha decisão deveria receber o aval dele.

Existem mundos paralelos que separam espíritos encarnados de espíritos desencarnados, mas também existem

mundos paralelos entre os encarnados. E você pode escolher o mundo que deseja fazer e o mundo em que deseja viver, porque hoje existe bem marcada essa separação. De acordo com a forma de viver, com o quanto se importam com o outro, vejo pessoas que vivem em mundos muito diferentes, em situações de vida que podem ser, por exemplo, de dor ou de alegria, de tranquilidade ou de atormentação mental. É, sim, uma questão de escolha, e tudo depende da forma como vemos nossas vidas e de como inserimos o outro em nossa caminhada.

Você pode caminhar rumo ao resgate de sua alma. Nessa estrada, olharei por você.

Um abraço.
Jorge Menezes

Sumário

INTRODUÇÃO	17
CAPÍTULO 1 A INTELIGÊNCIA QUÂNTICA E O RESGATE DA ALMA	21
Inteligência Quântica	22
Técnica xamânica de resgate da alma	25
Caso da mulher adulta que sentiu vontade de voltar a dormir na cama dos pais	31
Caso do senhor que teve prejudicado seu chacra básico	31
Caso da leitora que iniciou o trabalho de resgate da alma por intuição	32
Impecabilidade quanto ao uso da energia	34
O xamã urbano e o resgate da alma	38
CAPÍTULO 2 O PODER DA MENTE E O PODER DA ALMA	43
Destino, livre-arbítrio e divina providência	44
O poder da mente e o poder da alma	46
CAPÍTULO 3 QUALIDADES DO NOVO SER HUMANO	55
Os legionários do novo tempo	56
Qualidades do novo ser humano	57
Lucidez	57
Bondade	61
Respeito pelo próximo	64
Calma	69
Gosto pela competência	70
Gosto pela saúde	77

Amor pelos animais	81
Engajamento em causas assistenciais	82
CAPÍTULO 4 A COMUNICAÇÃO NOS RELACIONAMENTOS	85
A comunicação entre os seres	86
Sutilizas da amizade	89
Aperfeiçoamento da comunicação	90
CAPÍTULO 5 ESPAÇO PARA A ESPIRITUALIDADE	95
Espiritualidade e comportamento	99
CAPÍTULO 6 PRÁTICAS PARA VIVER O AGORA	103
CAPÍTULO 7 ALIMENTAÇÃO DO NOVO TEMPO	111
Receita de pão de cenoura com maçã	115
Receita de leite de alpiste	116
Receita de leite de gergelim	117
CAPÍTULO 8 PARA CONCLUIR	121
ANEXO A A ESTRUTURA QUÂNTICA DO HOMEM	127
ANEXO B A TEORIA DOS CAMPOS QUÂNTICOS	141
ANEXO C HÁBITOS DE PROTEÇÃO	167

Introdução

Na busca pela melhor forma de viver, procuramos alternativas eficientes para resolver nossos problemas, para crescer nisso e naquilo. Alguns procuram ser um diferencial nos grupos de que participam, auxiliando outras pessoas em suas necessidades. Todos poderíamos fazer o que já fazemos, e muito mais, de forma mais eficiente, a partir do *Resgate da Alma*.

As dúvidas, as inseguranças, os medos, a ignorância a respeito de nossas próprias reações diante das exigências da vida poderiam ser amenizados ou resolvidos com o acender de luzes em nosso corpo quântico, em substituição aos pontos de desorganização energética deixados por traumas do passado.

A técnica xamânica denominada *Resgate da Alma* realizada terapeuticamente pelos xamãs promove a reprogramação da memória celular, possibilitando o descondicionamento de padrões de comportamento indesejáveis. Quando o ser prossegue sua vida sem que tenha a oportunidade de resolver tais questões, sofre com desconfortos emocionais, mentais e até mesmo físicos, que o impedem de viver em paz, de crescer o tanto que poderia e de ser feliz integralmente. Não se sente inteiro. Algo sempre lhe falta, sua felicidade não

é completa e é muito mais difícil cumprir o propósito de seu espírito. São pessoas que vivem muito mais dependentes do seu *poder da mente* do que de seu *poder da alma*.

Todos os pontos de desorganização energética do corpo quântico (ver anexo A) do ser humano, depois de gerados por uma determinada experiência que não foi compreendida e, portanto, foi malconduzida pela própria pessoa, tendem a se perpetuar em seu ser, em função de seus defeitos de personalidade. Maldade, egoísmo, avareza, perversidade, inveja e outras imperfeições morais impedem que a “costura do corpo quântico” seja feita naturalmente, através do aperfeiçoamento do ser.

Há, portanto, duas formas de realizar o resgate da alma: através do trabalho de um xamã que aplica a técnica e atua no corpo quântico da pessoa que busca auxílio, realizando a “costura” da teia energética rompida em função de traumas do passado, ou naturalmente, através do aprimoramento do caráter, algo que o ser humano do novo tempo vem alcançando.

Evidentemente, o trabalho do xamã poderá mostrar resultados de forma mais rápida. Todavia, caso a pessoa esteja firmemente decidida a se dedicar ao próprio aprimoramento, também poderá observar melhoras, em seu comportamento e estado de ânimo, em curto intervalo de tempo.

Viver o agora e compreender-se como espírito, assumindo que nossa existência não se resume ao pequeno intervalo de tempo desta encarnação, são ferramentas da Inteligência Quântica que levam o indivíduo a pensar menos para realizar mais. Esses dois elementos, somados à busca pela lucidez, bondade, respeito pelo próximo, calma, gosto pela competência, gosto pela saúde, amor pelos animais, engajamento em causas assistenciais, e empenho em atuar mais como espírito do que como matéria, contribuem para efetivar o resgate da alma de cada pessoa que vier a tomar contato com este livro. E, através da influência de Campos Quânticos, cada leitor pode expandir o raio de influência dessa energia, contribuindo para criar um mundo menos materialista, em que as pessoas recuperem a fé e tenham suficiente paz no coração para sentirem a expansão de sua luz e, assim, acessarem conhecimentos adquiridos em momentos passados de sua existência infinita.

As pessoas estão mudando para melhor, e o ser humano do novo tempo possui um corpo quântico mais iluminado e compreende que o comprometimento com o servir é a grande luz dos legionários do novo tempo.

Neste livro de palavras simples, quem tiver olhos de ver, dispondo-se a lê-lo com seu poder da alma, encontrará o caminho para retomar a estrada desenhada por seu espírito antes do nascimento. Façamos agora o que já não pode ser protelado.

As histórias que fazem parte deste livro são adaptações de situações reais, o que foi feito como forma de preservar a identidade das pessoas envolvidas, as quais, de toda forma, autorizaram o relato de seus casos pessoais, compreendendo ser essa uma forma de auxiliar outras pessoas.

A Inteligência Quântica e o resgate da alma

*Inteligência Quântica é pensar
menos para realizar mais.*

Neste capítulo, veremos o que significa *Inteligência Quântica* e em que consiste a *Técnica de Resgate da Alma*. Também veremos qual a relação que existe entre Inteligência Quântica e Resgate da Alma e o porquê de estabelecer essa relação. Mas o mais importante é que você saiba que utilizo esses conceitos, porque eles são eficientes instrumentos para alcançar a melhora pessoal que torna as pessoas mais inteiras, felizes e capazes de fazer um mundo melhor em que todos possam exercer a *Arte de Ser Feliz*.

Adianto a você que o processo de resgate da alma é uma técnica de cura utilizada pelos xamãs e que o desenvolvimento da *Inteligência Quântica* ajuda nesse processo, por-

que leva o indivíduo a ser capaz de usar mais seu *poder da alma* do que seu *poder da mente*. Com mais *poder da alma*, nossas vontades são as adequadas vontades da alma e não as, muitas vezes, inadequadas vontades da mente.

INTELIGÊNCIA QUÂNTICA

Inteligência Quântica é a qualidade de quem está menos sujeito às ilusões da mente, por ter se libertado de condicionamentos limitantes. Evidencia-se como a capacidade de pensar menos para realizar mais. Justamente por isso, se manifesta mais fortemente nos seres que, livres de condicionamentos, atuam de acordo com o propósito de seus espíritos. Assim é mais fácil que um cão viva sua Inteligência Quântica do que um ser humano, por exemplo. Nós humanos, principalmente depois de adultos, precisamos aplicar estratégias de descondicionamento de padrões de comportamento indesejáveis, para bem de desenvolver a IQ, nos tornando capazes de viver mais de acordo com nosso *poder da alma* do que de acordo com nosso *poder da mente*.

É claro que isso não significa que os animais sejam sempre mais capazes do que os seres humanos. Eles simplesmente possuem esferas mentais menos poluídas, por assim dizer, e, em função disso, estão menos sujeitos às ilusões da mente do que as pessoas.

Cada ser, em sua escala de evolução, precisa passar por determinadas experiências que podem trazer **ganhos** e **perdas**. Uma pessoa que pouco estudou, por exemplo, possui menos conhecimentos do que outra que estudou mais. Assim, no que se refere à quantidade de conhecimentos adquiridos, ganha a que estudou mais. Por outro lado, a mente da que estudou menos é menos condicionada. Explico. Sempre que assimilamos determinada informação, passamos a vê-la, em grande parte, de acordo com o olhar daquele momento. É algo parecido com o que acontece, quando conhecemos uma pessoa. Você deve se lembrar daquele ditado que diz: *“A primeira impressão é a que fica”*. É o mesmo que acontece com todas as informações que assimilamos. Elas criam, em nossa mente, uma impressão que nos faz compreendê-las de acordo com nossa primeira impressão. No caso da pessoa que estuda bastante, ela repete esse processo muitas e muitas vezes em sua mente, gerando várias primeiras impressões. Então, Quando se depara com algo, busca tudo o que julga já conhecer a respeito daquilo, só que isso limita a percepção mais ampla que poderia ter, porque, em vez de buscar “outras novas impressões”, tenta procurar pelas impressões que já formou em sua mente. Quero dizer, com isso, que a pessoa que possui menos informações adquiridas por meio do estudo, possui mais condições de ver as coisas livre de conceitos preconcebidos. Por outro lado, quem estudou menos, pode ter

mais dificuldades para compreender questões envolvidas em assuntos que desconheça.

É óbvio que ninguém deve abrir mão de estudar, porque os benefícios são sempre muito maiores. Só utilizei o exemplo do estudo, porque tem a ver com a estimulação da mente, que leva as pessoas a pensarem mais do que deveriam, o que é ruim, e porque o estudo oferece benefícios. São dois lados da mesma moeda. Ademais, a pessoa que se dedicou ao estudo pode desenvolver sua Inteligência Quântica, quando quiser, utilizando algumas estratégias que veremos ao longo deste livro.

Em comparação com os animais, nós humanos, com o desenvolvimento da IQ, conseguimos algumas capacidades a mais, como, por exemplo, a capacidade de atuar conscientemente sobre a matéria. Veja o exemplo a seguir.

Peço a você que me enxergue. Me veja como um ser de luz, iluminado. A minha mão recebe uma luz orientada por minha vontade. Essa luz, também de acordo com minha vontade, se dirige de minha mão até uma janela que desejo abrir. Minha mão recebe mais energia do que o restante de meu corpo, porque nela está o foco de minha ação. A luz projetada de minha mão até a janela, mesmo antes que eu toque a janela, a abre, no invisível. Não existe outra possibilidade, senão a janela ser aberta. Quando a parte material de minha mão chega até a janela, no invisível, ela já está aberta. Certeza.

Confiança plena. Inteligência Quântica é isso: vontade que canaliza a energia necessária para a ação, com impecabilidade. E essa mesma confiança, essa mesma certeza, é o que vale, quando existe a necessidade de realizar uma cura. Quem busca a cura não deve admitir outra possibilidade, senão a cura. Assim, e sempre acompanhada pelos tratamentos prescritos pela medicina, ela se faz com muito mais rapidez.

Viver o agora é uma forma de desenvolvimento da IQ, porque reduz o fluxo de pensamentos. É o que veremos no Capítulo 6.

TÉCNICA XAMÂNICA DE RESGATE DA ALMA

Uma explicação para o processo de *resgate da alma* foi colocada por Mircea Eliade em seu livro *O Xamanismo e as técnicas arcaicas do êxtase*. Ele era um estudioso das religiões e, em sua contribuição ao estudo do Xamanismo, colocou o seguinte:

A principal função do xamã da Ásia Central e do Norte é a cura mágica, onde existem muitas concepções a respeito da causa das doenças, mas o “roubo da alma” é a predominante. Atribui-se a enfermidade à fuga da alma, e o tratamento se reduz, em suma, a capturá-la e reintegrá-la ao corpo do doente. Em algumas regiões da Ásia, a causa do mal pode ser a introdução de um objeto mágico no corpo do doente ou sua “possessão” por maus espíritos. Nesse caso, a cura consiste em remover o objeto nocivo ou em expulsar os maus espíritos. Às vezes a doença tem uma

dupla causa: a perda da alma, agravada pela possessão por maus espíritos, e a cura xamânica requer tanto o resgate da alma como a expulsão dos maus espíritos.

Como coloquei, Mircea Eliade era um estudioso das religiões, um pensador. Embora não fosse um xamã, sua contribuição ainda é hoje uma das mais conhecidas pelas pessoas que estudam e praticam o Xamanismo, e o que ele nos trouxe a respeito do processo de resgate da alma vem do que pesquisou. Como xamã, e ressaltando que cada xamã tem sua forma própria de trabalhar, colocarei como entendo e quais os resultados do processo de resgate da alma que desenvolvo em meu trabalho.

Em minha prática de atendimento, considero a existência da esfera espiritual do ser. Entendo que a causa de problemas físicos, mentais, emocionais possui raiz nessa dimensão, que faz parte da esfera invisível do corpo quântico.

Obviamente, depois de instalado um problema no corpo físico, a intervenção pela medicina tradicional é uma necessidade. Paralelamente, o ponto do corpo quântico do ser que foi atingido e ocasionou a doença pode ser reprogramado por meio do processo de resgate da alma. Problemas relativos a outras esferas do ser também podem ser resolvidos, como questões emocionais e mentais. Nem sempre se fica sabendo o que ocasionou a doença física ou o desequilíbrio mental ou emocional. O importante é “costurar” a teia ener-

gética que foi rompida. Vamos ver, em mais detalhe, como ocorre o rompimento dessa teia energética do corpo quântico.

Quando acontece um fato na vida da pessoa, e ela não consegue se resolver, não consegue elaborar naturalmente o que aconteceu, não consegue se sair bem com aquele fato, ela estabelece, em seu corpo quântico, uma falha de luz em um ponto determinado que tem relação com o chacra que estiver sendo formado no momento. Por exemplo, de zero aos sete anos, está em formação o chacra básico, o qual tem relação, entre outras coisas, com a formação dos órgãos reprodutores. Se, nesse intervalo de tempo da vida da pessoa, ocorrer algum fato com o qual ela não consiga lidar, compreender e resolver, dali para frente, toda vez, na vida dela, que se falar uma palavra, ou houver um fato, que a reporte àquele momento do passado, ela volta a ser a pessoa fraca que foi naquele momento do passado. Alguns até voltam a falar com a voz que tinham no passado.

A técnica de resgate da alma é utilizada para realizar a reprogramação da memória celular, ou a costura da teia energética rompida em função de um trauma do passado, consciente ou inconsciente. A “costura” é realizada no presente, mas o fato gerador ocorre sempre no passado. O xamã acessa o passado para realizar esse trabalho.

Durante a sessão de terapia, o trabalho realizado pelo xamã promove o resgate de um campo de energia relativo à matéria sutil formadora do corpo quântico da pessoa em atendimento, utilizando a regressão a vidas passadas ou mesmo uma conversa, a qual, diferentemente de uma simples conversa do dia a dia, é realizada, pelo xamã, com a intenção de cura. É preciso levar a pessoa a enxergar, com a compreensão de hoje, que aquilo que aconteceu no passado não é mais um problema do hoje. É um problema do passado que pode ter deixado, sim, suas marcas e acarretado consequências, mas, repito, é preciso que seja compreendido que aconteceu lá atrás. Vendo-o com os olhos de hoje, é possível fazer dele uma leitura a partir da pessoa que se é hoje. E essa nova pessoa do hoje pode lidar melhor com o que aconteceu, compreendendo que já não é preciso ter nenhum medo ou receio.

Tomemos o caso de um homem adulto que, quando adolescente, foi assaltado e sofreu agressão física naquele assalto. Caso tenha conseguido lidar bem com o problema, não ficarão marcas profundas. Caso tenha se sentido impotente, humilhado e quem sabe culpado pelo que aconteceu, na idade adulta, grandes são as chances de que o fantasma daquele assalto o persiga. Pode não se sentir seguro na rua. Pode deixar de sair com os amigos. Pode ter medo de que os filhos venham a ser também assaltados e agredidos. Essa é uma situação em que a técnica de resgate da alma ajuda-

ria muito, porque o adulto de hoje veria, com a melhor compreensão de hoje, o problema do passado.

O resgate da alma, pelo tanto que desbloqueia os chacras, faz com que a pessoa tenha sua alma inteira novamente. A pessoa se torna mais acesa. Mais pontos de luz se abrem em seu corpo quântico. Como consequência, ela se torna mais tranquila, mais confiante. Vive mais leve, porque realizou uma cura e, mesmo que não saiba exatamente qual a região de seu corpo quântico que foi “costurada”, sente que fez um movimento no sentido de cumprir o propósito de seu espírito. Afinal, devemos lembrar que, dentre nossas missões na Terra, está a cura de nós mesmos.

Quando se fala em resgate da alma, há quem pense que a alma do ser se perca, fuja, abandonando o corpo. Não é isso o que acontece. A alma de uma pessoa encarnada nunca abandona seu corpo. O que os xamãs querem dizer, quando dizem que a pessoa teve sua alma roubada, é que o ser perdeu seu entusiasmo, a motivação para viver.

Perceba que o uso dessa linguagem figurada para explicar o que acontece se presta muito bem para que qualquer pessoa possa compreender como se dá o trabalho de resgate da alma. “Costurar” um ponto fragmentado do corpo quântico significa nele estabelecer o estado ideal de luz. Em um ponto do tempo e do espaço, onde uma marca foi deixada, em função de algo que não foi compreendido, aceito

ou assimilado, o xamã atua, por ter a capacidade de interferir conscientemente no corpo quântico da pessoa atendida, que é sempre na esfera invisível.

Em terapia, algumas pessoas conseguem sentir esse processo de costura fisicamente. Outras só sentem os resultados. Percebem que a vida fica mais leve e que os pensamentos repetitivos deixam de existir. Algumas dizem se tornar mais lúcidas e mais inteligentes. Um rapaz que atendi, há uns dez anos, sentiu esse processo fisicamente e, durante o atendimento, me perguntou por que estava tremendo. Ele não sabia explicar o que estava acontecendo, mas não conseguia parar de tremer. Então disse a ele que se tratava de uma costura que estava sendo feita em seu corpo quântico.

Com essa explicação simples, é fácil perceber a grande importância do resgate da alma, para qualquer pessoa, principalmente para aquelas que sentem que algo está faltando em suas vidas, que algo está travado, que lhes falta entusiasmo, principalmente quando não sabem exatamente o quê.

Trabalho a técnica de *resgate da alma* em sessões de terapia, onde inicialmente verifico a necessidade desse trabalho. Colocarei a você agora duas situações em que apliquei essa técnica e uma terceira que se deu sem minha intervenção em terapia, mas através do livro *a Força da Calma*.

Caso da mulher adulta que sentiu vontade de voltar a dormir na cama dos pais

Ela tinha vinte anos e estava na casa de seu namorado. Estava tudo bem, mas, em uma discussão com o namorado, por uma razão que me pareceu pouco importante, mas para ela não, ela sentiu uma vontade enorme de, naquele momento, estar protegida na cama dos pais. Em terapia, ela me contou o ocorrido e disse que queria entender por que aquilo havia acontecido. Descobrimos serem comuns, em seu dia a dia, as fugas da idade adulta caracterizadas por um comportamento infantil. Essa constatação fez com que passássemos a buscar, em terapia, maior presença de seu estado adulto no cotidiano. Por meio da regressão, realizamos o resgate da alma.

Caso do senhor que teve prejudicado seu chacra básico

Na época em que o atendi, ele já tinha sessenta anos. Contou que nunca pode ter filhos, porque era estéril. Perguntei o que havia acontecido de traumático com ele no período de zero a sete anos, que é o período em que se estabelece o chacra básico. Ele lembrou que, quando tinha cinco anos, sua mãe foi viajar e houve um acidente com o avião, em que ela veio a falecer. Ocorre que, de seus cinco a oito anos, ninguém lhe disse o que havia acontecido. Ele ficou esperando pela volta da mãe durante todo esse tempo, e uma

das consequências foi a má formação de seu chakra básico que resultou em esterilidade. Quando o atendi, retornamos àquele momento. Com os “olhos de hoje”, ele enxergou o que havia acontecido no passado. Algo que ele manifestou foi a raiva das pessoas que o enganaram durante todo aquele tempo, algo que nunca havia percebido sentir. Percebeu esse sentimento contido só no momento da regressão. Não foi possível reverter, em seu corpo físico, a esterilidade, mas foi feito um trabalho para permitir uma vida mais tranquila, livre daquele sentimento.

Caso da leitora que iniciou o trabalho de resgate da alma por intuição

Uma leitora me escreveu, colocando uma situação vivida por ela e me perguntou se o que havia percebido procedia ou não. Ela contou que havia notado, em si e na mãe, semelhanças muito fortes no jeito de reagir em situações difíceis. Ambas perdiam o controle e começavam a chorar, chegando ao ponto de sentir vontade de agredir outras pessoas e também a si mesmas. Algumas vezes, ela chegou a agredir parentes fisicamente, tamanho era seu descontrole. No que se referia à agressão a si mesma, ela começou a se bater, em um acesso de tapas em seu próprio rosto e corpo. Com a mãe se dava a mesma coisa. Eram reações extremadas e violentas. A mãe chegou ao ponto de derramar álcool no próprio

corpo e só não se suicidou, porque um parente a impediu. Ao ler o livro *A Força da Calma*, ela iniciou um processo de autopercepção. Antes de ler o livro, ela já havia percebido as semelhanças que citou entre ela e a mãe, mas, com a leitura, passou a notar outras características comuns que marcavam a personalidade de ambas.

As duas, mesmo quase não convivendo e morando separadas já há mais de trinta anos, tinham por hábito a brincadeira de ressaltar as próprias qualidades. Se deu conta também que, como a mãe, ela gostava de ser considerada simpática pelas pessoas e sabia o que fazer para conseguir isso.

No e-mail que escreveu, ela me perguntou, se essa percepção maior que passou a acontecer, após a leitura do livro, tinha algo de importante e o que significava. Expliquei a ela, em resposta ao seu e-mail, que ela havia iniciado um processo de resgate da alma por meio da ampliação de consciência.

Ela disse, ainda, que pensou em parar de fazer a brincadeira de ressaltar as próprias qualidades, como uma forma de se diferenciar da mãe que, agora mais velha, havia intensificado as características negativas de sua personalidade, o que ela não desejava para si mesma. Disse, ainda, que se sentia muito mais tranquila. Respondi a ela que sua intuição estava correta e que essa providência era realmente muito importante para que fosse interrompido o caminho que a levaria a intensificar em si os mesmos defeitos que observou

terem se intensificado na personalidade da mãe, em sua velhice.

Muitas pessoas possuem, em parentes, espelhos capazes de auxiliar em seus processos de cura, pelo tanto que compartilham a mesma memória celular. Algo lindo nesse processo é que, quando uma das pessoas consegue realizar o processo de reprogramação da memória celular, contribui também com a outra, pela atuação no resgate do karma familiar que se dá.

Expliquei a ela que a pessoa resgata sua alma, quando consegue retomar a estrada desenhada pelo propósito de seu espírito, restabelecendo a paz e a tranquilidade em seu caminho. Como ela estava vivendo um estado de maior calma e serenidade, certamente ela estava no caminho certo.

Veremos agora um tema que, compreendido, auxilia o desenvolvimento da Inteligência Quântica, levando a uma forma de viver mais saudável física, mental e emocionalmente, com mais tranquilidade e muito menos estresse. Refiro-me à *Impecabilidade quanto ao uso da energia*.

IMPECABILIDADE QUANTO AO USO DA ENERGIA

A *impecabilidade quanto ao uso da energia*, um conceito do Xamanismo, também faz parte da forma de agir de quem vive com Inteligência Quântica, porque é a forma mais natural de viver, que preconiza o menor gasto de energia

possível. A seguir abordarei alguns conceitos da Física, como forma de estabelecer correlações que considero relevantes. Antes acho importante fazer uma ressalva.

A ciência ainda tem muito a descobrir a respeito da estrutura da matéria, mas, enquanto algumas coisas não são descobertas, devemos considerar o que se sabe no momento. De que adianta nos prendermos a discutir o teletransporte, se o que temos por enquanto é o avião? Faço essa ressalva, porque vou inserir, neste tópico, a palavra *quantum*, muito utilizada na Física Quântica. Sabe-se lá, se esse conceito não se tornará ultrapassado daqui a alguns anos.

Quantum, cujo plural é *quanta*, é uma palavra que se popularizou, por ser muito utilizada na Física Quântica. Outros ramos do conhecimento também a utilizam, como é o caso do Direito, em que podemos encontrar a expressão *Quantum debeatur*, termo jurídico que vem do latim e significa “quantia devida”.

Na Física, *quantum* refere-se à quantidade mínima de energia que pode ser emitida, propagada ou absorvida pelo movimento do elétron ao mudar de camada eletrônica no átomo. A *teoria dos quanta*, criada por Max Planck em 1900, afirma que a energia radiante tem uma estrutura descontínua, assim como a matéria, cujos átomos das substâncias são divididos em partes: os prótons, elétrons e neutros, e esses, em partes ainda menores.

Qual a importância que o *quantum* tem para nós? Ninguém vai sair fazendo cálculos de Física para decidir o que fazer em seu dia a dia. Por outro lado, compreender o conceito de quantum é interessante, porque remete nosso pensamento a algo como uma quantidade mínima, à menor dose de algo. Na verdade, é só uma forma interessante de compreender as coisas, para bem de conseguir atuar sobre a matéria, porque o ser humano precisa de analogias.

Ao longo do tempo, fiz algumas analogias, e a palavra *quantum* se adequou perfeitamente a elas. Ocorre que procuro fazer com que *meu quantum de energia seja impecável*. Que seja apenas a energia capaz de mover a janela, no exemplo que dei no início deste capítulo. Claro, porque não é interessante aplicar mais energia do que o mínimo necessário para abrir a janela. Se houver energia a mais, ela pode atingir as pessoas que estiverem ao redor da janela. Não posso abrir um sol, quando eu só preciso da luz de um isqueiro. É o mesmo raciocínio que deve ser feito em relação aos pensamentos, porque as pessoas pensam mais do que devem pensar. Se pensarem o mínimo necessário, certamente realizarão mais.

Tem gente que faz terapia comigo há muitos anos, trocando os assuntos e resolvendo as coisas de uma maneira mais IQ. É importante aprender a dar foco no que se faz. Assim vamos juntos, formando uma interação quântica. Isso signi-

fica que nossos Campos Quânticos se misturam, e, eu, que já desenvolvi um bom nível de certeza de vitória, passo essa certeza para a pessoa, que, assim, consegue ter certeza de ser capaz também. Trabalhamos com Inteligência Quântica para buscar o resgate da alma, tanto para resolver as questões do cotidiano, quanto para abrir espaço para a evolução de uma forma mais ampla, sempre preconizando o mínimo gasto de energia.

Tomemos o caso da pessoa que precisa emagrecer. Emagrecer é uma vontade, um querer, que, para muita gente, é algo muito difícil. De acordo com o que veremos no Capítulo 2, poderíamos concluir que, para a pessoa que deseja emagrecer e não consegue, o emagrecer é um desejo de sua mente e não de sua alma. Conclusão correta! Vejamos. Talvez, se essa pessoa conseguisse lograr êxito em seu intento, ou seja, se conseguisse emagrecer, ela se prejudicasse de alguma forma. Talvez não aprendesse a comer saudavelmente, prejudicando sua saúde. De que adianta ser magro sem saúde? Talvez se tornasse uma pessoa mais atraente, que não saberia lidar com o assédio de outras pessoas. Talvez, para essa pessoa, não baste emagrecer. Talvez seja preciso crescer antes.

Quando, em terapia, decidimos buscar uma forma de emagrecer, procuramos ver como podemos conseguir, buscando estratégias. Ao mesmo tempo que trabalhamos

o desenvolvimento da Inteligência Quântica, definimos estratégias de alimentação. Aí vamos estabelecendo um foco dirigido, em que naturalmente o apetite da pessoa diminui, porque a calma e certeza adquiridas diminuem sua ansiedade, tudo isso dentro do critério da impecabilidade quanto ao uso da energia, qualidade de quem vive com Inteligência Quântica.

No próximo tópico, colocarei a você o meu entendimento a respeito do viver xamã, que pode ser conquistado por qualquer pessoa e que é mais um elemento que auxilia no resgate da alma.

O XAMÃ URBANO E O RESGATE DA ALMA

O Xamanismo não é só uma prática para ser realizada! Trata-se de algo que já existe dentro de nós e, por uma razão ou outra, pode estar escondido, incapacitando a convivência com nossa natureza divina, incapacitando o resgate da alma. Como disse o mestre Manolo, *“Inteligente não é o esperto, mas o desperto”*.

Xamanismo é um modo de viver que deve ser exercido a todo instante, e não apenas em exercícios dirigidos. É qualidade dos seres despertos que vivem o agora. Assim, ao fazer parte de nosso cotidiano, desperta também nossa identidade espiritual, porque nos leva à ampliação da consciência que revela todo o nosso potencial como espíritos infinitos, reple-

tos de experiências armazenadas na Biblioteca do Espírito, experiências essas que podem ser resgatadas para nosso benefício no presente, como pode ser visto em detalhe em *Inteligência quântica e as múltiplas personalidades do bem*.

Com a conduta correta, as práticas do Xamanismo podem ser exercidas por qualquer pessoa, de qualquer religião, desde que priorize o Bem, a competência e o comprometimento com a palavra dada, condições sem as quais o indivíduo não consegue reunir a força e o poder necessários para materializar o de que precisa.

No que diz respeito à teoria e à prática, quem tem sorte e merecimento pode encontrá-las com um mestre xamã. Mas a teoria também pode ser aprendida na mensagem escrita por autores variados, embora a maior parte da tradição tenha sido sempre passada através do exemplo de conduta e orientação de quem tem muitas dezenas e até centenas de anos de experiência no viver xamã.

Para acessar os poderes internos, curar-se e ser auxiliar na cura do próximo, precisamos aprender a acessar os poderes internos de nossa alma, tais como a capacidade de amar, de fazer as coisas com paixão, exercendo criatividade, intuição, enfim, tudo aquilo que promove nossa conexão real com o Grande Mistério.

É preciso saber que essa forma de viver é muito boa, prazerosa e gratificante. Saber agradecer por uma vida que fa-

zemos plena a todo instante é sabedoria e nos faz realmente viver conforme a natureza de nossa alma.

Para chegar a esse estado de alma acesa que desfruta de felicidade e prazer, é preciso parar de substituir o fazer natural e prazeroso pelo fazer automático e desgastante; é preciso ser capaz de se apaixonar pelo que se faz, abandonando o sentimento de fazer as coisas por dever ou obrigação.

Outro problema é a preocupação em saber se está fazendo certo, o que, no fundo, é preocupação com desempenho, que, no frígido dos ovos, é doença do ego. Veja bem que não estou querendo que você deixe de fazer o que é certo, optando pelo errado! Entendo que é importante, para você e para quem convive com você, fazer o certo, mas a atividade deve ser realizada com prazer, porque só assim a alma se acende.

Uma pessoa vai se espiritualizando, quando deixa de fazer distinção entre o seu trabalho e o seu lazer, entre seu corpo e seu espírito, quando busca o simples, quando deixa de impor condições ao que a vida oferece, quando coloca uma visão de beleza em tudo que faz, transmitindo paz nas atitudes, na presença leve, amando de maneira incondicional, sem cobranças, libertando-se do material, das razões apenas do corpo, sem abrir mão de sentir o verdadeiro prazer de viver. Viver é se colocar com alma acesa em tudo que se faz e se sente.

Péssimo mesmo é classificar os trabalhos que a vida nos oferece, definindo-os como fonte de prazer ou de sofrimento. Quem atua com base nesse tipo de pensamento improdutivo acaba se perdendo no sofrimento que cria para si, por enxergar os trabalhos que precisa executar como parte de uma rotina árdua de repetição. O resultado disso é obviamente estresse. Por outro lado, o aprimoramento de competências, a realização, a vivência criativa são prazeres experimentados por quem sabe correr riscos, por quem se permite sair da zona de conforto, por quem sabe ser agradecido à vida pelas oportunidades de trabalhos diferentes que recebe. Pessoas assim confiam sempre em sua natureza divina, tornando-se agentes de realização das forças do Bem.

O xamã vive o espírito da natureza, mistura-se com o espírito das plantas, dos animais, dos elementos da terra; desfruta dessa interação e se coloca à disposição da natureza para ser um agente de auxílio aos seus irmãos de jornada, o que inclui todas as entidades da natureza: pessoas, animais, plantas, a terra, o vento, enfim. E o praticante de xamanismo urbano, aquele que vive nas cidades, pode viver da mesma forma, desde que se permita trabalhar, por meios criativos, para realizar as tarefas da vida, sabendo que não existe ninguém, além da própria pessoa, que seja capaz de mudar sua própria história. É preciso descobrir de vez que alguns erros, depois de certa idade, da idade adulta, não são mais admissíveis e, por outro lado, que bom-humor, solidariedade, amiza-

de, o saber se relacionar e ter bom diálogo são grandezas de total importância para quem resolve aceitar que existe prazer no dever cumprido. Diante de tudo isso, só nos resta, felizmente, encontrar prazer em cada parte de nosso trabalho e nos novos trabalhos que a vida nos apresenta a cada instante.

* * *

No próximo capítulo, veremos que, em nossa jornada na Terra, podemos fazer uso de nosso livre-arbítrio com base em nosso **poder da mente** ou com base em nosso **poder da alma** e quais as consequências disso.

O poder da mente e o poder da alma

*Quando não conseguimos o que
queremos, quem está desejando é a
mente e não a alma.*

Este capítulo tem o objetivo de deixar claro por que muitos de nossos desejos não se realizam. Se você leu o pensamento do início do capítulo, já tem a explicação. Vamos aprofundar essa compreensão um pouco mais, mas já posso adiantar a você que quem define, por assim dizer, tudo o que nos acontece, é nosso espírito, amparado pelo princípio divino, ou Divina Providência. Isso significa que, quando desejamos algo, nosso *poder da alma* sempre vence nosso *poder da mente* na hora de concretizar ou não o que desejamos.

Em livros anteriores, vimos que nem tudo é Destino. Nem tudo é escolha. Na verdade, existem três contribuições para tudo o que acontece em nossas vidas: o Destino, o Livre-arbítrio e a Divina Providência. Neste livro, aprofundaremos a compreensão do papel do Livre-Arbítrio. Vamos começar procurando entender em que consiste cada uma das contribuições.

DESTINO, LIVRE-ARBÍTRIO E DIVINA PROVIDÊNCIA

Acredito que a linha mestra do caminho de um espírito seja determinada antes do nascimento, por escolha sua. É seu Destino. Ocorre que todo ser humano, ao longo da estrada infinita do espírito, de acordo com seu Livre-arbítrio, erra, acerta, se perde um pouco e precisa encontrar uma forma de consertar seus erros e, assim, evoluir, de forma a voltar a manifestar, em seus atos, a perfeição natural de seu espírito, sempre amparado pela Divina Providência. Resumindo, de uma forma bem didática:

- as nossas escolhas, antes do nascimento, que costumam ser chamadas de **Destino**, definem as linhas gerais do que deve ser a nossa caminhada na Terra;
- a proteção que recebemos para conseguir trilhar o caminho da melhor maneira possível, é dádiva oriunda da **Divina Providência**;

- as nossas decisões imediatas, relativas às situações do cotidiano, e mesmo as nossas programações conscientes de longo prazo, são definidas por nosso **Livre-arbítrio**. É nessa contribuição que podemos atuar com o poder de nossa mente ou com o poder de nossa alma.

É preciso ter claro que, apesar dos erros, o ser que passa por experiências de erros e acertos sempre está vivendo dentro do propósito de seu espírito, no que toca à influência de Deus no processo, ou seja, até quando erramos estamos sob Sua tutela. É a atuação da Divina Providência. Mas existe a nossa parte, e é aí que entra o livre-arbítrio, um complicador que permite que tomemos decisões que podem tornar as coisas mais sofridas. Repito: para exercer o livre-arbítrio, podemos lançar mão do *Poder da Mente* ou do *Poder da Alma*.

Mas como podemos exercer o livre-arbítrio, de forma a tomar decisões que não causem, ao menos, tanto sofrimento? Devemos decidir as coisas mais de acordo com o *Poder da Alma* do que de acordo com o *Poder da Mente*, porque a mente humana pode nublar a visão da verdade e nos induzir ao erro, principalmente quando a pessoa é ainda muito condicionada.

Quantas vezes achamos estar certos, quando, um tempo depois, percebemos o quanto estávamos errados? Na prática, algo muitíssimo útil é esperar, dar tempo ao tempo, de forma a poder ver melhor as coisas. Decisões precipitadas

costumam atrapalhar tudo, porque são tomadas no calor da emoção, sinal claro de que a mente, em sua pior manifestação, está no comando.

Quem não compreende o papel do livre-arbítrio, como ele funciona, e a importância de aceitar que temos influência na dor e nas alegrias que plantamos em nosso caminho, costuma culpar o outro ou as circunstâncias pelo mal que lhe acontece, pelos erros que comete. Você saberia me dizer por que essa é uma tendência das pessoas? Porque o ser humano possui ego, vaidade, orgulho. Ao procurar abandonar essas tendências perniciosas, tudo fica mais fácil, e a vida começa a fluir muito melhor. Claro! É sempre pior fazer de conta que não erramos, porque, de uma forma ou de outra, os nossos erros se escancaram. Todo mundo vê. Nós os vemos, e as consequências sempre aparecem. Mais bonito e mais inteligente é assumi-los e agir com maturidade, procurando fazer o melhor a partir de então.

O PODER DA MENTE E O PODER DA ALMA

Algo comum no Oriente é a busca pelo Deus interior, a busca pela compreensão de nossa missão na Terra, e muita gente aqui do Ocidente já entende do que estou falando. Há, no entanto, quem não faça nem ideia do quanto é importante fazer brotar em si essas indagações. Com o tempo e a maior compreensão, percebemos que as respostas não são impor-

tantes. Importante é o trilhar desse caminho que nos leva a sentir que basta confiar em Deus e viver em harmonia com os outros seres para ter uma vida de paz e verdadeira realização.

Sei que esse ideal é difícil de atingir, principalmente porque muitos de nós vivemos em um ambiente agressivo, cheio de desafios, de confrontos com todo tipo de gente. É claro que é mais fácil se dedicar ao crescimento espiritual em um local em que todo mundo quer se espiritualizar, como em um templo indiano, por exemplo. Vivendo no meio do fogo cruzado, é mais difícil, mas também dá para ver as coisas pelo lado bom. Quem consegue se espiritualizar nessas condições pode ter certeza de que cresce de verdade.

Confiar em Deus não significa somente acreditar que Deus existe. Esse é o primeiro passo. Em um segundo momento, confiar em Deus significa aceitar que, com sua perfeição e o amor que tem por seus filhos, Ele comanda tudo e faz o melhor por cada um de nós sempre, mesmo que não tenhamos capacidade para compreender as coisas, quando o sofrimento bate à porta.

Testamos nossa capacidade de confiar em Deus, ao conviver com outros seres. É nessa convivência que nos confrontamos com nossos defeitos, com os defeitos dos outros. Nos momentos de raiva, de descontentamento, durante as brigas, é fácil esquecer que Deus está no comando e que podemos

dar um passo atrás para ver melhor as coisas, antes de tomar qualquer atitude. Respirar fundo e observar é o melhor caminho para não tomar atitudes equivocadas baseadas nas informações nubladas de nossas mentes. Ao exercer o livre-arbítrio, com nervosismo, erramos, porque damos mais espaço ao *poder da mente* do que ao *poder da alma*.

Os dilemas da maioria das pessoas giram em torno do cotidiano. Querem compreender o porquê de não conseguirem determinadas coisas que almejam muito, ou, mesmo sem quererem compreender, se descontentam.

O porquê de determinadas coisas não acontecerem do jeito que planejamos é uma informação muito simples para alguém que vem trilhando o caminho do crescimento espiritual, mas a pessoa leiga não compreende e pode se revoltar facilmente. Como já vimos, é simples: *“Quando não conseguimos o que queremos, quem está desejando é a mente e não a alma”*. Isso significa que não conseguimos determinadas coisas, porque elas prejudicariam o projeto que desenhamos para nossa vida antes do nascimento, ou seja, o nosso Destino.

Quando dei essa explicação a uma senhora que estava muito preocupada com os rumos que seu filho estava tomando na profissão, ela me disse: *“Linda frase, mas o que eu faço com ela?”*. Aí eu lhe respondi: *“Pare de interferir no que seu filho quer fazer da vida. Se a senhora nada está conseguindo,*

é porque está agindo baseada em seu poder da mente. Se estivesse agindo com seu poder da alma, estaria em harmonia com seu filho, deixando-o errar ou acertar. Não há nada que a senhora possa fazer, compreende? É a vida dele, e ele é quem deve decidir”.

Expliquei a ela que uma pessoa que quer fazer alguma coisa luta com duas forças: a força da mente que reforça sua vontade, independente de estar certa ou errada no que quer, e a força da alma. Com a força da mente, a pessoa acha que sabe o que tem de fazer, mas, quando está errada, acaba não conseguindo, porque a força da alma sempre vence, posto que a alma está sempre certa, e só permite que aconteça o que faz parte do propósito do espírito: o seu Destino.

Assim, ao não conseguir tudo o que queremos, precisamos entender que nem tudo é para todo mundo e que nem tudo que queremos deve acontecer. O ser humano precisa encontrar seu lugar no mundo e fazer o que pode de melhor para sua satisfação e benefício do conjunto. Nesse sentido, há vezes em que é preciso abrir mão de alguns sonhos e, nesse movimento, constatamos que a felicidade pode chegar até mais forte por outros caminhos.

O ser mais espiritualizado, menos matéria, como gosto de dizer, desfruta de mais Inteligência Quântica. Isso significa que, quanto mais espiritualizados nos tornamos, mais pensa-

mentos provenientes da alma aportam em nossa mente, até que chega um momento em que o poder de nossa alma suplanta o poder de nossa mente, e isso é o que queremos, porque a alma sabe mais que a mente, o que torna nossos desejos mais acertados. Assim, a Inteligência Quântica, na prática, abre espaço para pensamentos provenientes da alma que resultam em melhores formas de agir.

No Capítulo 1, quando coloquei a você o que significa Inteligência Quântica, dei exemplos de situações mais cotidianas, de rotina, tipo emagrecer, abrir uma janela, nas quais podemos atuar por meio da nossa vontade. Agora vamos um pouco mais fundo no que se refere às questões fundamentais da vida humana: o desejo de cumprir nossa missão na Terra, acertar na educação dos filhos, ser uma pessoa que contribua para um mundo melhor, chegar ao final da vida efetivamente como uma pessoa melhor.

Todos gostaríamos de realizar nossos desejos e acertar sempre, é claro, mas não é isso o que acontece muitas vezes. Além de nem sempre acertarmos em nossas atitudes e nos desconfortarmos por isso, ainda tem mais. As coisas às vezes tomam um rumo alheio à nossa vontade, mesmo nos casos em que nos comprometemos bastante, que fazemos tudo direito, com dedicação e sincera vontade de acertar, o que mostra que, não é somente a negligência que faz o ser humano não conseguir o que deseja. Por que será que isso

acontece? Novamente, porque o poder da alma sempre vence o poder da mente.

Quantificar determinadas coisas é algo praticamente impossível, mas, só para facilitar o entendimento da ideia que quero passar, vou me arriscar com alguns números. Acredito que seja até mais do que isso, mas deixemos em torno de noventa por cento a parcela que faz parte do domínio do invisível relativamente ao que somos nós, ao que se passa conosco, às nossas interações com outros seres. O restante é o que enxergamos. Isso explica o porquê de termos poucas respostas para nossas perguntas do cotidiano, o que nos leva a errar muitas vezes e a não conseguir o que queremos em muitas situações. Lembremos que o mundo material pode iludir os incautos.

O que coloquei são constatações. Todo mundo pode ver que é assim que as coisas acontecem, mas isso não explica os porquês mais profundos de as coisas acontecerem dessa forma. Sabemos que é a nossa alma que está no comando, mas não sabemos por que ela quer isso ou aquilo.

Não entendemos muito bem nossas reações e o porquê de muitas das coisas que nos acontecem. Não sabemos o que está reservado para nós no futuro, qual a parte de nossa influência nos acontecimentos diários, as aparentes injustiças que a vida planta em nosso caminho e muito mais. Isso é problema? Não para quem vive com Inteligência Quântica,

qualidade de quem pensa menos e age mais. A vida é assim mesmo, e conhecer o propósito do espírito, no que se refere a fatos, acontecimentos, decisões a tomar é algo que não nos compete. Por isso sempre digo que o importante é não querer entender a lógica desse processo. Temos que aceitar as regras do jogo, para bem de poder jogá-lo com competência.

Veja bem: não nos cabe conhecer o propósito do espírito, mas precisamos viver o propósito do espírito. Isso veremos no Capítulo 3, mas já posso adiantar que, para viver o propósito do espírito, muitíssimo importante é procurar ser uma pessoa alegre e de bom coração, por um motivo muito simples. Precisamos nos fazer parte do Grande Mistério e, como parte, saber tanto quanto sabe o Grande Mistério, que as coisas acontecem como devem acontecer e ser alegres por isso. Precisamos ser bons com os outros que são também parte do Grande Mistério e, portanto, parte de nós. Se isso lhe parecer um tanto vago, não se preocupe. Quando conseguir sentir, compreenderá tudo isso com facilidade, e também perceberá que a individualidade é uma ilusão necessária na Terra.

De qualquer forma, o que as pessoas querem, de uma forma geral, é viver em paz e realizar seus sonhos. Quem sabe lidar melhor com essa gama enorme de imprevisibilidades da vida vive melhor, porque tem mais Inteligência Quântica. São pessoas mais espiritualizadas que procuram sentir a vida, crescer, ser melhores, fazer a caridade, contribuir com os outros.

Por outro lado, não é preciso se resignar tanto assim com essa “ignorância” a respeito do que comanda nossos passos. Mesmo sem ter intenção, é possível passar a ter um pouco mais de compreensão a respeito dos acontecimentos em nossa vida e sobre nós mesmos, mas, para que isso seja possível, é preciso desenvolver mais o *poder da alma*. Como fazer isso? Novamente a mesma resposta: vivendo com Inteligência Quântica, ou seja, de forma natural, vivendo o agora, buscando o descondicionamento de padrões de comportamento indesejáveis, procurando não poluir a mente. Ao ler este livro, você já está nesse caminho, porque estamos interagindo via Campo Quântico. Você perceberá que, ao final da leitura, ou mesmo antes, será uma pessoa mais *poder da alma*. Passará a desfrutar de eventos que evidenciam a ampliação de consciência adquirida, se dando conta de fatos que até então não havia percebido, relativos à própria vida e, até mesmo, à vida de outras pessoas.

Há muitas coisas que poderíamos enumerar com as quais as pessoas perdem tempo. Pensam demais, têm medos demais.

Troquemos o olhar da mente pelo olhar da alma. O olhar da alma é aquele que manifesta alegria; é aquele por meio do qual nosso coração vibra e emana a sua alegria. Nossa alma sabe por onde nos conduzir para nos livrar dos infortúnios deste mundo.

No Capítulo 3, veremos algumas das qualidades com as quais o ser humano do novo tempo vem iluminando o mundo. Fortalecê-las, na personalidade, é a forma natural de realizar o próprio resgate da alma.

Qualidades do novo ser humano

*O comprometimento é a grande luz
dos legionários do novo tempo.*

Em uma palestra, em que o assunto era o resgate da alma, muitas pessoas queriam saber como fazer para identificar pontos de desequilíbrio em seus corpos quânticos, com o intuito de iniciar o processo de resgate da alma. Essa é uma pergunta natural, mas já vimos, no Capítulo 1, que o trabalho de resgate da alma não acontece dessa forma. Lá vimos que uma das formas mais eficientes é investir na melhora pessoal. Por isso este capítulo apresenta algumas das qualidades do novo ser humano, nas quais você pode investir para acender mais luzes em seu corpo quântico e assim trabalhar pelo resgate de sua alma.

OS LEGIONÁRIOS DO NOVO TEMPO

Se eu lhe perguntar por que, em nosso planeta, existem tantas desigualdades sociais, econômicas, enfim, você saberia me responder? Não lhe parece óbvio que o responsável por tudo seja o ser humano? É claro, mas é importante que se diga que a índole de cada um é o que conta nesse sentido. Se seguirmos com as indagações, poderíamos nos perguntar o que leva as pessoas a terem índoles tão diferentes. A meu ver, não vale a pena fazer essa pergunta, porque as respostas seriam muitas, tantas quantos são os defeitos de cada ser humano e suas qualidades. Como a ideia é buscar soluções, melhor é focar nas qualidades, para ajudar quem quer se melhorar. É o que veremos a seguir.

Na matemática da capacidade de influência do conjunto dos seres humanos, hoje as ações resultantes da boa índole já suplantam as ações resultantes da má índole, mesmo que apareçam mais as consequências de maus atos, porque o Mal faz mais barulho do que o Bem. E a tendência, de acordo com o que se tem percebido a respeito do comportamento das pessoas, é que o Bem tome cada vez mais espaço.

Há terroristas? Há. Há grupos extremistas? Há. Há pessoas atrapalhadas mentalmente que insistem em agir com maldade e má vontade? Sim. Mas há muito mais gente mostrando que se importa com o outro, prestando a caridade e procurando influenciar outras pessoas a também agirem assim.

Não somos ingênuos a ponto de acreditar que tudo se resolve de um dia para o outro. Sabemos que existe um caminho a percorrer, mas também sabemos que hoje já falta menos do que ontem. E tudo se dará, tanto melhor e mais rápido, quanto mais empenho houver de um por um. Por isso este livro é escrito para pessoas: uma por uma.

Vamos abordar, com histórias, um pouco de cada uma das qualidades do novo ser humano.

QUALIDADES DO NOVO SER HUMANO

Os legionários do novo tempo possuem, ou vêm desenvolvendo, qualidades em comum que se revelam em ações voltadas para o bem-estar do conjunto: lucidez, bondade, respeito pelo próximo, calma, gosto pela competência, gosto pela saúde, amor pelos animais, engajamento em causas assistenciais, espiritualidade mais desenvolvida, entre outras.

São qualidades que podem se manifestar em qualquer pessoa, independentemente de sua situação social ou econômica, pois fazem parte da forma como as pessoas lidam com os assuntos da vida e não dependem da situação em que se encontram.

Lucidez

No atendimento de um senhor, dia desses, ele, demonstrando sua lucidez, me disse: *“O país está em crise. Sim. Todos*

sabemos que o país está em crise, mas eu quero ser um dos últimos a notar, porque tem gente que já se mata, porque o país está em crise”.

Ele tem toda razão na forma de pensar que o protege da onda de pânico que toma conta do país em situações como essa e também tem razão em dizer que há pessoas que tomam atitudes absurdas, chegando ao cúmulo de se suicidarem. Tudo é uma questão de ponto de vista. É claro que é complicado enfrentar uma crise econômica, mas, de um jeito ou de outro, sempre acabamos encontrando uma saída, desde que sejamos capazes de manter a lucidez.

É preciso compreender que tudo tem uma razão de ser, mesmo os desmandos, maldades e incompetências alheias que resultam em crises econômicas. Aqui no meu Estado, o Rio Grande do Sul, os salários de muitos funcionários públicos foram parcelados, e várias pessoas não puderam honrar seus compromissos de pagamento de contas. Nada se divulga na mídia, como uma forma de não incentivar esse tipo de prática, mas o Rio Grande do Sul lidera as estatísticas de suicídio no país, com números que chegam ao dobro da média do resto do país. Mesmo que nada se divulgue na mídia, se ouve, aqui e ali, que alguém se matou, pelo desespero de não poder sustentar a família, por não poder pagar as contas, por achar que não encontraria saída.

Estudos aventam a possibilidade de estar em uma questão de honra a explicação para o fato dos gaúchos terem o

maior índice de suicídio do país. Obviamente outros motivos há, mas essa é uma boa hipótese, considerando que há pessoas que preferem morrer a passar vergonha por essa ou aquela situação em suas vidas. Tudo depende da importância que dão aos problemas que têm, o que mostra que há muito da forma de encarar os problemas nas atitudes que tomamos. Se essas pessoas vissem as coisas de uma forma diferente, afastariam de si o risco de sequer pensar em absurdos como esse.

Há anos atrás, atendi uma moça que chegou muito nervosa, porque acreditava que o mundo iria acabar. Isso foi em 2012. Pois bem. O mundo não acabou. Preocupação semelhante se deu com um senhor que resolveu comprar uma casa em cima do morro, porque as águas do Lago Guaíba iam subir e inundar a casa dele, que nem perto do lago ficava. As águas nunca subiram a ponto de sequer se aproximar da antiga casa dele, e hoje ele nem está mais entre nós. Como esses exemplos, muitos outros poderíamos enumerar, com situações em que as pessoas perdem tempo, se adiantam sem necessidade, deixando de viver o agora e demonstrando total falta de lucidez. Agem de acordo com suas crenças equivocadas, ou seja, com seu *poder da mente*.

Há alguns anos, eu passei um tempo no deserto do Saara e me recordo, como se fosse hoje que, ao olhar para as dunas, tive uma visão a respeito da falta de lucidez que

existe no ciúme. Com a imagem das dunas, tudo se movia, e a vida ganhava outro sentido por eu estar ali. Quantas formas, quantos pensamentos, quanta vida diferente. Vendo o povo do deserto, a sua maneira de viver, suas prioridades muito mais coerentes do que as nossas, tive uma abertura que expandiu minha lucidez. Me enxerguei no passado, vítima do ciúme, sofrendo torturas mentais que afastaram pessoas, transformaram muitas horas por minha falta de lucidez.

O ciúme pode ter várias causas, e uma delas parte também de defeitos do causador do ciúme que, por insegurança, faz provocações que minam o ciumento. Não é inteligente permitir que o ciúme, esse sentimento de posse, atrapalhe nossas vidas. Quase sempre, senão sempre, ciúme é engano. As traições são escancaradas de outra forma, o que mostra que sentir ciúme revela falta de lucidez. Quando estiver enredado nas armadilhas do ciúme, reze, olhe de fora, com olhar terapêutico, abstenha. Deixe que o ciúme desapareça do planeta e primeiro de você.

Com tudo o que vimos, você percebe que a lucidez se manifesta pela coerência no pensar, pelo discernimento, capacidade de atenção? Quando a pessoa pensa com a alma, ela decide baseada em verdades e não em preconceitos. Decide com base, não nos pensamentos oriundos da mente, mas nos pensamentos oriundos da alma.

Bondade

Boa é a pessoa que tem gestos de doçura, que confortam o outro, que trazem paz, mas isso não é uma regra. Pode ser bom aquele que aparentemente age com dureza, que pode até fazer sofrer, mas que é movido por levar o outro a acertar. Bondade revela a pessoa que, com o objetivo de ajudar, se expõe, que se coloca em uma posição capaz de receber críticas e até de não receber aprovação. As atitudes de um terapeuta, por exemplo, muitas vezes geram desconforto. Esse trabalho serve como exemplo aqui. Qual seria o objetivo de um terapeuta, senão levar a pessoa a se resolver e melhorar? Só que para isso é preciso lhe abrir os olhos, dizer algumas verdades, apontar caminhos mais difíceis e, por isso mesmo, nem sempre desejados.

Quando ela chegou para ser atendida há alguns anos, já era uma senhora de meia idade, mas percebi que tinha diante de mim uma criança de dez anos. Sua fragilidade emocional, sua falta de capacidade de decisão, o medo com que encarava os colegas de trabalho mostravam isso claramente. Iniciamos o trabalho, mapeando seus desejos, assim como eu faria com uma criança. Ela disse que gostaria de dirigir, mas que, embora já houvesse tirado a carteira há vários anos, não se acreditava capaz de pegar um carro. Combinamos que ela compraria um carro e faria autoescola novamente. Passados alguns meses, ela voltou a dirigir. Além disso, ela se

acertou com a família e eliminou questões de sua vida que não tinham relevância. Assim foi adquirindo maturidade e se sentindo mais segura.

Por diversas vezes, precisei usar de uma certa assertividade para que ela não travasse em suas buscas, algo que foi motivo de algumas reclamações por parte dela. Com o tempo e as conquistas bonitas que fizemos, ela conseguiu perceber que minhas palavras, às vezes duras, foram necessárias.

Bondade demonstra a pessoa que, ao, deliberadamente, fazer o outro sofrer, não faz isso com prazer. É preciso ser muito perceptivo para captar o que está envolvido nesse tipo de situação, porque, em primeiro lugar, é difícil imaginar que haja alguma situação em que precisemos, deliberadamente, fazer o outro sofrer. E depois, porque, ao fazer o outro sofrer, podemos escolher gostar disso ou não. A maioria das pessoas passa por situações como essa sem nem perceber o que sente.

Com os exemplos que passo a descrever, você verá que situações desse tipo ocorrem com grande frequência. Uma professora, por exemplo, ao chamar a atenção de seu aluno que está colando, acaba precisando fazê-lo sofrer. Não está sendo boa, se fizer isso com gosto. Outras situações são a do chefe que precisa demitir um funcionário e do pai que precisa dar limite ao filho. Em todas elas, a bondade se revela,

quando o agente da ação não se regozija ao ver outro ser humano errando. Não existe prazer na punição ou na reprimenda.

Por outro lado, não é adequado se sentir desconfortável no papel de algoz, pelo tanto que se fazem necessárias atitudes como as que relatei, mas é preciso ser capaz de captar exatamente o limite da ação, sob pena de manifestar alguma ponta de perversidade. Essa perversidade, que a maioria das pessoas não percebe, aflora, quando, por exemplo, o agente da ação se envaidece pelo que fez, conta aos amigos como algo engraçado e digno de aplauso.

Ser bom é fazer o bem sem exageros reveladores da própria necessidade de aceitação. É fazer o bem, simplesmente porque é o certo. Noto, em muita gente, uma tendência de se mostrar bondosa, o que é muito diferente de ser realmente bondosa. O que motiva uma postura é a vaidade, e o que motiva a outra é o desejo de fazer o bem ao outro.

É muito fácil diferenciar o bondoso do vaidoso. O vaidoso faz o bem sob condições. Se o bem que fizer, segundo sua ótica, lhe prejudicar de alguma forma, não o fará, mesmo que sua perda seja mínima em relação ao ganho do outro. Vejamos um exemplo. Hoje já se sabe que a proteína da carne pode ser substituída pelas proteínas vegetais na alimentação humana, e com grande vantagem. Mas, há alguns anos, isso ainda era algo obscuro, e havia a crença de que não co-

mer carne poderia ser prejudicial à saúde das pessoas. Os veganos do passado, demonstrando sua bondade para com os animais, mesmo sem ter certeza de que sua saúde estaria completamente preservada, abriam mão dos supostos benefícios que a carne lhes traria, com o objetivo de levantar a bandeira da proteção aos animais.

Respeito pelo próximo

Em primeiro lugar, precisamos entender que o conceito de respeito pelo outro pode se confundir com conceitos como o de bondade e apreço, em função do significado que a palavra respeito assumiu em nossa sociedade. Com o que veremos neste tópico, logo entenderemos isso melhor. Meu objetivo, ao colocar o respeito pelo próximo como uma das qualidades do novo ser humano, é levá-lo a compreender a importância de dar espaço ao outro, como fazer isso, de forma a estimular mais pessoas a contribuírem com o conjunto.

Para compreender o que significa respeitar o próximo, e mesmo para que nossas atitudes nesse sentido sejam mais acertadas, este tópico servirá para que façamos algumas reflexões. Antes, no entanto, para facilitar a compreensão, algo muito útil, no caso especial da palavra respeito, é buscar sua origem. Respeito vem do latim *respectus*, que significa ação de olhar para trás, atenção. Conforme o que coloca a origem da palavra, podemos ver que, para exercer respeito, é fundamental perceber o outro.

Ainda, no dicionário, para dar significado à palavra respeitar, aparecem outras como temer, recear, tolerar. São significados ainda aceitos no dicionário, mas que, a meu ver, não se aplicam perfeitamente ao ser humano do novo tempo. Assim, justamente por perceber que está havendo uma mudança de postura do homem em relação aos outros seres, entendo que precisamos abrir nossos horizontes, de forma a entrar nesse novo mundo que já vem se desenhando para muita gente.

Vamos iniciar nossas reflexões. Para isso, tente responder às seguintes perguntas:

- Cumprir as ordens antiéticas de um chefe arbitrário é sinal de respeito por ele? Não seria sinal de medo? Não seria sinal de falta de ética?
- Baixar a cabeça para uma pessoa supostamente mais poderosa, por medo de represálias, é sinal de respeito? Não seria sinal de covardia?
- Em um restaurante, deixar uma criança muito pequena escolher o que vai comer é sinal de respeito por ela? Não seria negligência ou irresponsabilidade?

Assim como essas questões que coloquei, muitas outras haveria. Só quis mostrar que muitas vezes podemos errar, achando que estamos respeitando a autoridade ou as escolhas de alguém. Por outro lado, em uma aparente demonstração de desrespeito, uma pessoa sábia toma atitudes que,

mesmo desrespeitando a vontade de outra, respeitam o propósito do espírito dessa pessoa, porque sua sabedoria consegue acessar, muitas vezes mais do que a própria pessoa, a verdade de seu espírito.

Há o respeito pela vontade do outro e o respeito pelo propósito espiritual do outro, o que nos leva a compreender que respeitar o próximo não significa lhe fazer todas as vontades, ou deixar que faça tudo o que quiser. Considerando que sabemos que a vontade pode ser oriunda da mente e não da alma, ao satisfazer a vontade de alguém, podemos estar contribuindo para o fracasso de seu espírito, nos casos em que essa vontade seja oriunda dos desmandos de sua mente.

É muito importante que tenhamos noção de que muito poucos são os elementos de que dispomos para saber se o que estamos fazendo é correto ou não, justamente porque nossa consciência ainda está muito focada naquilo que podemos ver, e a verdade do espírito faz parte do invisível, do que fica, muitas vezes, até mesmo, em nosso inconsciente. Assim, não temos como ter completa certeza de que uma vontade seja oriunda da mente ou da alma. Só o que podemos fazer é trilhar a vida a partir de princípios éticos, porque as chances de acertar, nesse caso, são maiores.

Até aqui consideramos o respeito pela vontade de outra pessoa. Algo semelhante pode ser estendido para o respeito por nós mesmos, no que se refere à avaliação de serem pro-

cedentes ou não nossas vontades. Mas, quando nossa autoridade demandar uma escolha em que precisemos considerar as necessidades de mais de uma pessoa ao mesmo tempo, e sendo necessário fazer uma escolha que contrarie a vontade de uma das partes, qual seria o melhor a fazer? O ideal é respeitar a ética e não decidir em função de uma preferência pessoal por essa ou aquela pessoa, mas pelo que é certo. Ademais, dentro da noção que quero colocar para respeito, pelo tanto quanto o respeito, em nossa sociedade, está ligado ao que é certo e ético, ao respeitar um ser, nunca deixaremos de respeitar o outro. Talvez a vontade de uma das partes não seja satisfeita, mas, ao optar pelo que é certo e ético, estamos contribuindo com a sociedade como um todo, o que reverte em benefício para as duas pessoas envolvidas.

Um senhor me contou, certa vez, que agradecia muito a Deus, porque, há muitos anos, quando era sargento do exército, em função da atitude de suposto desrespeito dos soldados (descumprimento) às suas ordens, não se efetivou algo horrível. Ele ordenou que o grupo de soldados que estava sob seu comando atirasse contra um grupo de pessoas. Com o passar do tempo, ele se tornou espírita e percebeu o quanto foi acertada aquela atitude dos soldados. A vontade da mente do sargento foi contrariada pela atitude dos soldados, para que fosse respeitada a vontade de seu espírito.

Uma integrante do grupo de trabalho que dirijo semanalmente, — aquele grupo de que falei no início do livro —, é mãe de um menino de cinco anos que também participa dos trabalhos. Em um dos encontros do grupo, apresentei um exercício que poderia ser feito ou não, conforme a escolha de cada um, inclusive pelas crianças. Não foi esclarecida completamente a importância do exercício, inclusive, porque buscar internamente sua importância, era um dos objetivos do trabalho que seria feito. De toda forma, em se tratando de uma proposição do dirigente do trabalho, em um sinal de confiança, seria de esperar que as pessoas se sentissem estimuladas a realizá-lo. Em uma conversa que tive com ela, após o trabalho, ela contou que disse ao menino que ficasse à vontade para escolher fazer o exercício ou não. Quando fiquei sabendo disso, perguntei a ela, se ela tinha noção de que uma criança de cinco anos não possui maturidade para fazer escolhas desse tipo. Nessa idade, as escolhas ainda devem ser feitas pela pessoa responsável pela criança. Resumindo, o menino, em função da inadequada noção de respeito de sua mãe, perdeu a oportunidade de realizar o exercício que seria muito importante para ele.

Vou fazer uma pergunta a você, que cabe mais a quem dirige veículos. Quando você está dirigindo e precisa entrar em uma faixa ocupada por outros carros, costuma “se enfiar”, ou dá o sinal e espera que lhe deem espaço para entrar? Se você costuma esperar, por certo já tem noção do que sente quem

age assim: uma sensação boa de ser respeitado, de respeitar, a oportunidade de agradecer com um sinal de mão. Se você faz parte do outro grupo, sugiro que experimente. Embates no trânsito são situações que costumam gerar campos de péssima energia, devendo ser evitados tanto quanto possível, porque afetam intensamente e muito rapidamente um grande número de pessoas.

Calma

Estamos vivendo os últimos anos de uma fase do planeta. Em menos de sete anos, o planeta estará adentrando, definitivamente, a nova fase. Estamos fazendo a transição de um planeta de expiação e provas para um planeta de regeneração. Nesses últimos anos, é preciso exercer a vigilância para não sucumbir. É preciso aprender a manter a calma em situações de estresse. É preciso manter a saúde da esfera mental, colocando em prática a máxima de que, quando um não quer, dois não brigam. É preciso aprender a respirar mais devagar, com calma. É preciso entender que muitas vezes a solução dos problemas está em saber esperar, dar tempo ao tempo e confiar, acreditando que os problemas de hoje podem se resolver por si só e amanhã já não existirem.

Decisões precipitadas nunca são um bom caminho. Talvez o que, aparentemente, seja necessário dizer a uma pessoa hoje possa esperar, e amanhã já não seja necessário, evitando o desgaste das relações. Talvez o comportamen-

to ruim de uma pessoa hoje já não seja o mesmo amanhã. Tenho percebido melhoras rápidas no comportamento de muita gente. Pessoas que eram ranzinzas, mal-humoradas e descontentes estão mais calmas e doces. Tem muita gente melhorando rapidamente, e devemos dar a elas tempo para manifestarem essa melhora antes de agirmos.

A calma é o mais forte componente do poder xamã. Nada se consegue sem a calma, porque nela está o verdadeiro elemento que abre espaço para os naturais e saudáveis estados alterados de consciência, capazes de expandir o Campo Quântico, despertando confiança plena e convicção de que cada um pode conseguir o que quiser em sua estrada de luz.

Práticas como yoga, meditação, um simples caminhar na natureza nos preparam para que, nas situações de estresse, já estejamos preparados para agir com calma, pelo tanto que essas atividades, quando realizadas com frequência, tornam o estado de calma algo permanente.

Gosto pela competência

Após atender muita gente em terapia, percebo que não adianta ter vontade de fazer isso ou aquilo, se determinadas competências não forem desenvolvidas, o que inclui a competência para realizar, para se comunicar, para aprender, para mudar algo na personalidade ou nos hábitos, para vencer uma situação difícil. E, para chegar a esse patamar de

competência, não existem fórmulas mágicas. É preciso empenho e trabalho. Algo que ajuda muito é ter gosto por se tornar competente. Falo daquele prazer que sente a pessoa que gosta de se superar, de melhorar, de evoluir. Mas nem todo mundo é assim. Para ser bem sincero, até hoje conheci pouca gente que se inclui nessa categoria. A maioria prefere comer o pão a aprender a fazê-lo.

Todo mundo tem vontade de ser legal, de acertar, de fazer bonito, mas, entre ter vontade e ter competência para conseguir tudo isso, existe uma distância bem grande. Muita gente pergunta qual o segredo para unir vontade e competência. Poderíamos falar em capacidades inatas, propósito do espírito, trabalho, empenho. Tudo isso ajuda, mas de nada adianta, se não existir *necessidade de se tornar competente*, seja lá no que for, em um grau que coloca a sobrevivência física, moral, emocional em jogo. O que nos impulsiona é sempre uma necessidade que supera o simples querer. Isso me faz lembrar de uma passagem de minha infância.

Eu e outros meninos estávamos brincando em um terreno baldio. Ao pular o muro para sair de lá, nos deparamos com um cachorro que passou a nos seguir. Não me lembro de ter corrido tanto em nenhum outro momento na vida. Minha competência foi a máxima possível em correr, porque estava em jogo minha segurança. Não podíamos parar, porque o cachorro certamente nos pegaria.

Como já coloquei, no que se refere à competência, as pessoas se dividem em dois grupos. Existem aquelas agraciadas por uma característica pessoal de gosto, de prazer por melhorar, se aperfeiçoar e serem competentes. Todas as outras, se quiserem adquirir competência em alguma área, precisarão ser submetidas às formas de necessidade de que falei no parágrafo anterior, o que, ainda assim, não é garantia. É... Competência não é mesmo para qualquer um.

Quando construímos o andar de cima do nosso Centro de Inteligência Quântica, trabalhou conosco um senhor, pedreiro há muitos anos. Ele era uma pessoa muito preocupada com o resultado de seu trabalho. Para ele era importante que ficasse bem feito, o que mostrava a importância que ele dava à sua obra. Certa vez, enquanto ele estava construindo uma escada de madeira para ligar o segundo andar ao mezanino do terceiro andar, vi que ele estava quebrando a cabeça para fazer a escada ficar com detalhes estéticos. Então eu disse a ele que o mais importante para mim era a firmeza e a segurança da escada. Que ele não se preocupasse tanto. Foi nesse momento que ele disse: *“Não, seu Jorge. O que o senhor quer será feito, mas como vou olhar para ela depois, sabendo que não ficou perfeita como eu queria?”*

Esse tipo de comportamento não é mais tão comum hoje em dia. Ele era o tipo de pessoa que tinha gosto pela competência. Agora quero contar mais uma história para

ilustrar o outro tipo de pessoa, ou seja, aquelas para as quais o resultado de seu trabalho não importa muito. Para elas, melhorar não é uma prioridade. No caso específico que vou relatar, a pessoa não se importava em crescer, porque já se achava ótima.

Atendi uma moça com essas características. Embora não fosse bonita, se achava linda. Embora não fosse inteligente, se achava muitíssimo esperta. Falava como se fosse abastada, embora tivesse um emprego que lhe pagava muito pouco. Já casada e com filhos, para completar seu orçamento, a mãe a ajudava todos os meses. A situação financeira dela piorou em determinado momento, e eu disse a ela que, se ela tivesse humildade, eu poderia ajudá-la a sair da situação de penúria. Organizei com ela um plano de trabalho. Ela passaria a vender lanches produzidos por duas amigas minhas. De bicicleta, ela deveria percorrer um trajeto específico para conseguir vender os lanches, que não poderiam sobrar no final do dia. Daria tudo certo, se ela seguisse o plano de trabalho. Ela achou a ideia boa e passou a vender os lanches. Seu orçamento melhorou muito. Foi quando percebi que ela começou a demonstrar aquela arrogância do tempo em que comecei a atendê-la. Claro. Estava com dinheiro e se sentindo superior por isso. No que se refere ao trabalho, alguns problemas começaram a aparecer. Ela se recusava a fazer o trajeto estabelecido, porque precisava atender seus clientes, como ela gostava de dizer. Então eu a alertei: *“Tens que se-*

guir o trajeto estabelecido. Se passares de porta em porta, vais conseguir vender tudo. Se perderes tempo indo a locais muito distantes para atender essa ou aquela pessoa, claro que vão sobrar lanches”. Não adiantou falar. Começaram a sobrar lanches, porque as pessoas que ela atendia tinham preferências por um ou outro produto, os quais minhas amigas não tinham como produzir em variedade todos os dias. Com o tempo, o trabalho se inviabilizou, e ela, por insistir em se manter fiel ao que achava certo, desconsiderando as orientações que recebia, perdeu a oportunidade de abrir o próprio negócio, que seria o próximo passo do projeto que eu havia programado para ela. Não cresceu, porque se achava ótima. Não teve gosto pela competência.

Todos precisamos aprender coisas novas todos os dias, porque quem se acomoda com o pouco que sabe acaba se enredando nas atropalhadas da vida. O mesmo vale para quem acha que é o bom, que não precisa melhorar como pessoa, acreditando que domina tudo. São pessoas arrogantes para as quais as coisas se tornam muito mais difíceis.

Uma pessoa arrogante passa, na vida, por sérias dificuldades, a fim de impedir que esse seu defeito tome conta dos rumos de sua vida. Se alguém, com essa característica, nasce em uma família abastada, com dinheiro, poder, a tendência é que passe por cima de muita gente, tornando-se cada vez pior como pessoa. Por isso, o arrogante, mais do que as pes-

soas humildes, erra bastante em suas avaliações. Tais erros são uma forma utilizada por seu espírito para que sua vaidade não cresça muito. Imagine como se envaideceria, se tivesse sempre razão. Como seu *poder da mente* é muito mais forte do que seu *poder da alma*, sua mente o ilude, e ele tem dificuldade para enxergar que está errado, que suas avaliações são equivocadas, que aquilo em que acredita é mera ilusão.

É preciso ter uma competência mínima para que as coisas aconteçam na vida. E mesmo quem já possui determinados conhecimentos precisa de aperfeiçoamento. Nesse sentido, se diferencia muito quem sabe que não sabe tudo, que estuda, lê, sabe ouvir, se propõe a prestar atenção às coisas a sua volta. Por outro lado, quem não se aperfeiçoa, erra, não muda e segue se repetindo nos erros. Há pessoas, por exemplo, que frequentam sessões de umbanda, centros espíritas, ou igrejas, por trinta, quarenta anos, sem procurarem melhorar como seres humanos. Acreditam que, por frequentarem, já estão fazendo o necessário. Um bom ser humano se constrói com bem mais do que isso. É preciso se comprometer com a verdade, a competência, o trabalho, a ação, o respeito pelo próximo, o reconhecimento, a caridade todos os dias.

Precisamos aumentar nossas competências, aprimorá-las, de forma a contribuir conosco e também com mais gente. Eu diria que melhorar é praticamente uma obrigação social. Já vi muita gente resignada com as próprias incapacida-

dades, dizendo “*Não adianta! Não consigo me dar bem no amor, no casamento*”.

O fracasso nas relações não deixa de ser uma espécie de incompetência. Para essas pessoas, digo que precisam se rever, verificando qual é o processo que está acontecendo. Pergunto: “*Onde estás mentindo para ti*”? Sim, porque tem gente que acredita no que quer, mesmo que saiba que está se enganando. Mente para poder se convencer do que sabe que não é verdade. Isso acontece muito, quando as pessoas começam a namorar alguém atrapalhado em algum setor da vida, acreditando que, com o tempo, vão conseguir mudar o outro.

Em primeiro lugar, ninguém muda ninguém, porque a mudança tem que vir de dentro. Felizmente muitos defeitos deixam de existir, quando a pessoa por si muda. O fato é que o outro até pode mudar, mas não vai ser pelo nosso querer. Se querem se unir, as pessoas precisam se querer pela alma. Então seguem juntas com os defeitos que têm e uma boa dose de aceitação.

Algumas reclamações que ouço em terapia se repetem. São casos de queixa sobre o humor das pessoas da família, ou do trabalho: “*Ah! Eu tenho que suportar toda vez aquela cara amarrada*”!

Considerando que a cara do outro talvez não mude tão rápido, o mais sensato a fazer é buscar competência para lidar com a situação, direcionando a atenção para outros fo-

cos. O que não dá para fazer é tentar transformar uma luta de dez anos em uma luta de um dia. É preciso entender que tudo tem um tempo para acontecer. É o ir e vir da onda, e só quem é observador consegue usufruir dessa sabedoria. Portanto, tomada uma atitude, espere a reação do outro para dar o próximo passo.

Voltando à competência nos relacionamentos, há quem diga que tem dedo podre para escolher suas companhias. Não se trata de sorte ou azar. O mesmo tipo de pessoa só entra na vida de alguém, porque esse alguém tem sempre os mesmos focos, a mesma visão. Enxerga as coisas sempre do mesmo modo. Claro que desse jeito os erros sempre se repetirão.

Uma moça, que na época deveria ter seus trinta anos, me disse que sempre se envolvia com homens irresponsáveis que acabava tendo que sustentar. Contou que, em um belo dia, teve uma luz e resolveu que, daquele momento em diante, isso mudaria. Afinal o que havia de errado com os homens bem-sucedidos profissionalmente? Nada, claro. Um tempo depois, conheceu seu marido, que de irresponsável não tem nada. Muito pelo contrário, é competente, bem-sucedido em seu trabalho e uma pessoa superlegal, que a faz muito feliz.

Gosto pela saúde

Imagine que seu corpo é um carro. Novo, não tem nada para consertar. O tempo vai passando, e é preciso fazer re-

paros, tantos mais quanto menor for o cuidado do dono. Nosso corpo, ao longo do tempo, pode manter um ótimo desempenho, desde que lhe dispensemos atenção, boa alimentação, movimento, alegrias. Em suma, é preciso se cuidar e, como um carro, ter uma boa manutenção. Não deveria engordar, por exemplo.

Hoje já se sabe que gordura acumulada produz substâncias inflamatórias que desregulam todo o sistema hormonal e metabólico. Uma pessoa nessas condições vai inflamando o corpo que recebeu, juntando carga, atrapalhando o funcionamento dos órgãos e as atividades de sua rotina. Tocar violão, cantar, brincar, e qualquer outra atividade fica prejudicada, pois o corpo precisa gastar energia carregando carga extra.

Uma pessoa normal, não atleta, pode andar cinco quilômetros por hora em ritmo normal. Se ela aumenta o peso que carrega, logo baixa seu desempenho. Enfim, o corpo tem que estar saudável, e a mente livre, sem pensamentos desnecessários.

Nosso espírito é magro. Quem não é magro tem os defeitos da encarnação. Não se trata de preconceito contra quem não é magro. Falo isso, justamente porque sei o quanto é importante buscar a saúde. Ocorre que, para manter saudáveis corpo e mente, exercício físico, descanso, boa alimentação, higiene física, leituras saudáveis, fala otimista são importantes hábitos que devem ser adotados com persistência todos os

dias. Com atitudes como as que listei, a tendência é manter um peso adequado.

Sugiro sempre às pessoas que atendo o seguinte: que procurem se concentrar apenas na atividade que estiverem realizando, desligando-se por completo de seus outros afazeres; que façam caminhadas ou outras atividades físicas regulares, prestando atenção apenas na respiração; que comam apenas o necessário, sempre com atenção ao que comem.

Aqui no grupo, sempre orientamos as pessoas a não tomarem leite de vaca, porque, além de ter tudo o que não presta, resultado da falta de respeito das pessoas que com ele entram em contato em algumas fases depois da ordenha, o leite de vaca ainda não representa nutrição alguma. Pelo contrário, é um alergênico. Imagine. Somos os únicos mamíferos que continuamos tomando leite depois de desmamar. E ainda tomamos leite roubado de outro animal. Leite de vaca é para o bezerro e antes de desmamar.

Bem. Ao dizermos às pessoas que não deveriam tomar leite de vaca, damos o recurso dos leites vegetais, como o leite de alpiste, que é muito nutritivo e relativamente fácil de fazer. Ele é completo, mas, mesmo depois de dizer tudo isso, há quem insista em continuar tomando leite de vaca. Vai entender!

A carne. Eu não digo faça isso ou faça aquilo, mas eu não acho legal comer carne. Daqui a alguns anos, as pessoas vão

dizer: *“Você comia carne? Você matava uma vaca para comer?”*

Muito lá atrás, as pessoas comiam outras pessoas. Canibais. Fico imaginando uma reunião de espíritos conversando: *“Poxa! Você viveu naquele tempo?”*, *“Pior é que vivi!”*

Tem ainda os que dizem que a vaca não pode é se estressar antes do abate, para não prejudicar a qualidade da carne. Não estão pensando no bem-estar da vaca, mas somente em si. De certa forma, é o mesmo que pensam as pessoas que não comem carne para não prejudicarem a própria saúde. É válido cuidar da saúde, claro, mas a motivação mais bonita seria não comer carne como uma forma de respeito aos animais. Percebo que a consciência das pessoas vem melhorando muito nesse sentido. Tenho certeza de que muita, mas muita gente mesmo, deixaria de comer carne, se pudesse ver como funciona um abatedouro. Prova disso é aquele vídeo do supermercado que oferece uma linguicinha recém feita para os clientes e, quando um cliente aceita, o churrasqueiro pega um leitãozinho para colocar na máquina. Coloque, no *youtube*, “moedor de porco”. É um vídeo cômico que leva à reflexão.

O Xamanismo que pratico tem a característica de ser um trabalho de ampliação de consciência realizado sem o uso de qualquer substância alucinógena, porque não acredito que a verdadeira ampliação de consciência possa ocorrer

por meio do embotamento da consciência provocado pelos alucinógenos. Em segundo lugar, porque, na composição dos alucinógenos utilizados em algumas práticas de xamanismo, há a presença de alcaloides potencialmente danosos à saúde da esfera mental.

No atual momento do planeta, em que a capacidade mental humana se encontra em natural processo de aperfeiçoamento, não se justifica o uso de quaisquer substâncias alucinógenas, independentemente do fim a que se destina tal uso. Esse é um dos importantes legados deixados por respeitados sábios da antiguidade, dentre eles os Essênios, que cultivavam a pureza do corpo como forma de evolução espiritual e ampliação de consciência.

Amor pelos animais

Nunca houve, em nenhuma outra época, tantas pessoas comprometidas com a causa de proteção dos animais. Eles sempre mereceram todo nosso amor, mas hoje em dia, as pessoas estão mais conscientes das necessidades deles e estão tomando a frente em campanhas em seu benefício. Há muito por fazer, e cada um de nós pode ajudar a sua maneira, por exemplo, adotando um animal abandonado, não cruzando os próprios animais, ajudando um animal de rua com água e comida, tornando-se voluntário de ONGS de proteção aos animais, sendo um bom humano para seu animal, comprando produtos de ONGS de defesa dos animais, fazendo

doações em dinheiro para instituições de defesa dos animais, denunciando maus tratos, aprendendo como alimentar e dar uma rotina cada vez melhor ao animal da casa, e jamais abandonando um animal.

Engajamento em causas assistenciais

O engajamento é uma característica forte no novo ser humano, porque hoje as pessoas compreendem mais sua responsabilidade social. Tenho visto tanta coisa bonita acontecer, porque há pessoas que resolvem participar de abaixo-assinados pela Internet. Para se engajar em uma causa assistencial de forma presencial também não é difícil. Normalmente as prefeituras municipais possuem setores que direcionam as pessoas que desejam trabalhar.

* * *

Percebo que, de posse dessas qualidades, outras qualidades acabam por se manifestar. A intuição é uma delas. Embora a intuição seja atributo de todo ser humano, as pessoas do novo tempo possuem mais a florada dessa capacidade, porque costumam ser mais calmas, mais centradas, o que as torna mais perceptivas. No que se refere à estrutura do corpo quântico, são menos condicionadas e, dessa forma, possuem mais espaços de luz no corpo quântico, o que permite que as informações de seu espírito possam aportar

na mente com mais facilidade, e isso é intuição. Veja os esclarecimentos que apresentei relativamente à intuição no livro *A Loucura dos Normais - Inteligência quântica aplicada ao aperfeiçoamento mental humano*:

Intuição é a capacidade que o ser humano possui de acessar as informações contidas nos registros de seu corpo quântico. Tais informações “estão na pessoa” que as identifica. Não são captadas a partir do pensamento de outras pessoas ou transmitidas pelo protetor espiritual da pessoa, como forma de auxílio. Não se trata de telepatia. Quanto mais descondicionada é a pessoa, maior sua capacidade de fazer leituras corretas das informações que acessa através da via intuitiva.

O ser do novo tempo, por ter mais desenvolvida a capacidade intuitiva, que permite fazer um maior uso de seu *poder da alma*, em detrimento do *poder da mente*, é capaz de captar valores mais sublimes, não se prendendo a atitudes de comparação, ostentação, inveja, orgulho, enfim. Prefere se voltar ao que contribui efetivamente para a construção de um mundo melhor para todos, vivendo efetivamente seu propósito espiritual.

* * *

Se conseguíssemos nos fazer compreender e se conseguíssemos compreender verdadeiramente as outras pessoas, já estaríamos em um patamar de evolução muito mais elevado.

Se as pessoas conseguissem, ao menos, parar para ouvir umas às outras, com o mínimo de boa vontade para se entenderem, haveria uma redução considerável nas discussões que, afinal, na maioria das vezes, acabam dando em nada.

Por situações como as que descrevi, no Capítulo 4, trataremos da comunicação nos relacionamentos, um tema cuja importância é incontestável.

A comunicação nos relacionamentos

*Conviver com diferentes tipos de pessoas,
com seus diferentes defeitos,
é o que acelera o nosso aperfeiçoamento.*

Não há nada mais difícil do que a convivência pacífica com outras pessoas. Na família, no trabalho, nos grupos de trabalho religioso, com desconhecidos, todo mundo tem dificuldades. Quando a dificuldade não é a de compreender, é a de ser compreendido. A boa vontade, aliada à intenção de adentrar o universo do outro para compreender suas necessidades, abre espaço para que a convivência ocorra de forma mais inteligente.

Neste capítulo, quero abordar com você três tópicos. Veremos um pouco do que está envolvido na comunicação entre os seres, algumas sutilezas da amizade e também algu-

mas informações úteis para o aperfeiçoamento da comunicação.

A comunicação entre os seres

Estamos misturados e precisamos tratar a vida como conjunto e não individualidade. Afinal o homem é um ser social. Justamente por isso, viver isolado nunca é tão bom quanto viver em contato com outros seres, seja pessoa, animal ou planta. Crescemos mais nas relações. Nos beneficiamos e suprimos a necessidade do outro de também interagir e evoluir. Sei que a interação é difícil para algumas pessoas, o que mostra somente que é um desafio a ser encarado e vencido.

Precisamos compreender a comunicação que ocorre além da fala, do olhar, dos cheiros, do toque. Com esses sentidos, estabelecemos somente uma parte da comunicação. Existem outras formas. Dentre elas, está a influência de Campos Quânticos, em que todas as informações que fazem parte de nós se manifestam no contato com o outro. É claro que, em função da natural incapacidade humana de perceber e compreender o todo, muitas dessas informações não chegam a ser identificadas e interpretadas, a ponto de fazerem parte do consciente das pessoas que interagem na relação, mas, quanto mais a pessoa é capaz de viver o agora, mais competente se torna para interpretar as informações que vêm do outro.

Quando interagimos com um animal, ele é capaz de nos perceber muito mais do que nós a ele, porque, além de possuir os cinco sentidos mais apurados do que os nossos, ele ainda é capaz de fazer uma varredura instantânea de nosso Campo Quântico. Ele não consegue fazer elaborações mentais da mesma forma que nós, mas, justamente por estar aberto a todas as possibilidades, ele não se limita a classificar as pessoas em boas ou más, simpáticas ou antipáticas, grosseiras ou delicadas. Em função de sua natureza de mais ampliada Inteligência Quântica, ele sabe imediatamente, se pode confiar ou não na pessoa com a qual está interagindo.

Meu pai costumava dizer que criança e cachorro ninguém engana. Pura verdade. Jack Black evidencia essa máxima de meu pai sempre. Há alguns anos, uma moça esperava na recepção para ser atendida por mim, e o Jack, como sempre gosta de fazer, foi até lá para fazer as honras da casa. Ela fez carinho nele como fazem as pessoas que gostam de animais, ou seja, lhe deu bastante atenção. Ele não se mostrou muito receptivo, saiu caminhando a passo e, quando estava a uma certa distância, já de costas para ela, virou só a cabeça, lhe encarou por vários segundos, deu de costas e foi brincar com seu brinquedo no tapete. Mostrou, com essa atitude, que não gostou muito da energia dela.

Nós podemos aperfeiçoar nossa capacidade de percepção para melhorar a capacidade de comunicação

com outros seres, buscando desenvolver a Inteligência Quântica. Fazemos isso com exercícios que nos tornem mais capazes de permanecer no agora, procurando ser menos preconceituosos e mais atentos. O importante sempre, nessa busca, é compreender que aquilo que vemos é só uma parte do todo e que o invisível conta muito nas relações.

Assim nos tornamos capazes de levar em consideração que o outro tem uma história, um passado, necessidades, medos, enfim; que não nos cabe emitir julgamentos; que inteligente é não nutrir expectativas em relação às reações que vêm de outra pessoa.

Quando eu era professor da quinta série de um colégio particular aqui de Porto Alegre, tive um aluno que se mostrava muito inquieto e que tinha dificuldade de ficar sentado em seu lugar. Aquela atitude parecia, à primeira vista, indisciplina, mas fui verificar, com os outros professores, como era o comportamento dele em suas disciplinas. Fiquei sabendo que o pai dele era médico e vinha apresentando atestados para dispensá-lo da educação física desde o início da quarta série. Na verdade, aquele menino tinha um problema de postura ocasionado pela falta de tônus dos músculos que sustentam a coluna vertebral, o que tornava desconfortável para ele o sentar. Em função disso, foi consenso, no conselho de classe, que ele deveria recuperar os exercícios que deixou

de fazer. Por isso, a professora de educação física da quarta série passou a atendê-lo no turno da manhã.

Esse é um exemplo claro de que não se deve tirar conclusões precipitadas a respeito do comportamento do outro.

Sutilezas da amizade

Um meio para que boas relações sejam cultivadas e nutridas, de forma a se tornarem verdadeiras amizades, é criar e compartilhar misturas frequentes. Vejamos um exemplo. Fulana acha que é amiga de determinada pessoa. Certo, mas fulana quase nunca fala com essa pessoa. Então não se desenvolve uma amizade. Amigo tem que falar, nem que seja de vez em quando, senão não é amigo de verdade. Pode até existir um bem-querer pela pessoa, mas a relação de amizade é mais do que isso.

É o caso das pessoas que entram para um grupo só para participar na hora do trabalho. Não são gente que desenvolve afinidade pela casa. Nada se sabe da vida delas. Como seria possível desenvolver amizade assim? Chega, faz o trabalho, e vai embora o mais rápido possível. O que sobra dessa relação? Nada. Ao sentarem juntas, nem assunto essas pessoas têm.

Veja que existe uma diferença entre gostar e não gostar. Não existe um não gostar pela pessoa, mas acaba se formando algo meio neutro, uma relação vazia. A pessoa não está presente nunca. Ou então a gente percebe que a pessoa só

presta atenção a si mesma. Só é focada em si. Eu, eu, eu. Tudo isso complica as coisas.

O “ser amigo” é um conceito ainda mais complexo. Veja. Eu causei uma certa contrariedade, e muita gente me olhou espantado, quando disse que, aqui no trabalho do nosso grupo, eu sou amigo de todo mundo, mas não gosto de todo mundo. Não vou deixar de ser amigo, não vou deixar de ajudar, mas eu não gosto de todo mundo. Aí eu expliquei. Como vou gostar de uma pessoa que estou vendo que é fofoqueira? Como vou gostar de uma pessoa que está sempre fazendo mal para os outros? Como vou gostar de uma pessoa que está sempre querendo sacanear alguém? Apesar de tudo isso, fico fazendo meus votos de amizade, torcendo para que a pessoa cresça, mude e deixe de vibrar pelo fracasso do outro.

Aperfeiçoamento da comunicação

Por saber que nosso espírito possui um passado de muitíssimas experiências e aprendizados, também sei que cada um de nós sabe muitas coisas. Assim, começar do zero, em se tratando da forma como agimos, não é possível nem necessário. Cada um de nós possui algo que pode e deve ser aproveitado. Por isso gosto muito da palavra aperfeiçoamento. Vamos ver, a seguir, algumas ideias que podem ajudar no aperfeiçoamento da comunicação para a melhora das relações.

Antes de qualquer coisa, é muitíssimo importante considerar algo que já vimos bastante neste livro: boa vontade. No

caso da comunicação, refiro-me à boa vontade com o outro. O bom comunicador sabe dar um passo atrás, ou seja, não se coloca na condição de ataque, porque, além de considerar as necessidades do outro, sabe que todo ataque gera naturalmente uma defesa. Assim o bom comunicador, antes de qualquer coisa, é um bom ouvinte, o que pressupõe querer entender o que o outro deseja dizer.

Saber ouvir é uma qualidade muito desejável. Primeiro damos espaço ao outro para que diga o que precisa, sem tentar antecipar o que será dito. Só depois falamos. No entanto não podemos cair na armadilha de ser o tipo de pessoa que vive na retranca, que faz de tudo para não se expor. Isso é o extremo oposto e só atrapalha as relações.

É preciso considerar também que precisamos agir de forma diferente nas comunicações com adultos, crianças, animais, plantas e, ainda, de forma diferente, com cada ser, porque cada um é diferente do outro. Assim nossa capacidade de adaptação conta muito. Só o que deve ser igual, como vimos, é a boa vontade. Digo isso, em função também daquilo que esperamos das relações. Não podemos esperar que todos nos compreendam da mesma maneira e com a mesma boa vontade. Como exemplo, podemos tomar as relações com amigos e com colegas de trabalho, porque nem sempre colegas de trabalho se tornam amigos. Na verdade, na maioria das vezes, isso não acontece, o que deveria ser considerado natural.

Já atendi muita gente frustrada, que se queixa por ser desconsiderada por seus colegas de trabalho. Então eu digo: *“Você está lá para trabalhar e colaborar com o bom andamento da empresa e só isso. Não espere nada mais do que isso. Se agir dessa forma, é bem provável que consiga a admiração das pessoas e até forme algumas amizades”*.

É preciso ter consciência de que essa irracional mania de querer ser aceito, de ser considerado, de querer a admiração dos outros, atrapalha muito as relações. Além disso, na relação com as pessoas, precisamos compreender que existem todos os porquês do outro, os quais, muitas vezes, nem mesmo o outro consegue perceber.

É claro que todos queremos relações boas, mas querer não basta. É preciso aprender como agir. Não é preciso dizer todas as verdades, mas é preciso ser verdadeiro. De nada adianta demonstrar boa vontade. É preciso ter mesmo boa vontade com o outro, algo que é muito difícil para a maioria das pessoas, que estão mais interessadas em defenderem seus pontos de vista. Poucas são as pessoas que demonstram verdadeira sabedoria. Poucas iniciam uma conversa, dispostas a aprender com o outro. Quem está realmente disposto a ser sincero, a adotar um melhor caminho, mesmo que não tenha sido proposto por si, a mudar de opinião, a admitir que o outro pode ter razão por ser mais capaz e inteligente?

Humildade é um grande sinal de inteligência e de crescimento que todos admiram e que faz a diferença no mundo. Há um sinal muito claro de falta de humildade e, por conseguinte, de falta de inteligência, que é ter na contraposição um hábito. Esse hábito mostra que a pessoa se posiciona sem refletir, porque é impossível que tudo na fala alheia deva ser refutado. É impossível que tudo precise ser rebatido com uma opinião contrária.

Quem já sai contrapondo mostra que nem se dá ao trabalho de pensar sobre o que o outro diz. “É, *mas...*” ou simplesmente “*Mas...*”. Observe como essas expressões fazem parte do vocabulário de quem tem por hábito contrapor o que os outros dizem.

Por outro lado, falar o que precisa ser dito, em vez de se calar diante das situações que exigem nosso posicionamento, é sinal de um caráter forte, guiado por princípios adotados após considerações bem refletidas, que possibilitam que nos posicionemos conscientemente diante dos problemas, dos simples aos mais complexos.

Hoje em dia, ter a coragem de ser verdadeiro deixou de ser uma qualidade desejável para ser uma necessidade, porque o que transmitimos por meio das informações contidas em nosso Campo Quântico é a maior parte do que as pessoas percebem. Enganar o sentimento dos outros, além de ser algo deplorável, é muito mais difícil do que era há alguns

anos, a não ser que a pessoa seja completamente desatenta. Melhor mesmo é aprender a ser sincero de verdade.

Principalmente nas relações, tenho percebido que as pessoas precisam aprender coisa por coisa, porque a capacidade de estender um ensinamento para outra situação nem sempre é natural. Espero que os tópicos que abordamos possam contribuir.

* * *

No Capítulo 5, abordaremos alguns pontos relativos à espiritualidade, o que se justifica, porque afinal todos somos espíritos. Assim precisamos conhecer mais profundamente nosso próprio funcionamento e entender os mecanismos envolvidos nas relações que se estabelecem no invisível, quando entramos em contato com os espíritos das pessoas que pertencem ao nosso plano e também a outros planos de existência.

Espaço para a Espiritualidade

*Você escolhe viver a vida, sabendo-se um espírito
infinito, ou restringindo sua existência
ao pequeno intervalo de tempo
que corresponde a essa encarnação.*

Em uma palestra, falei às pessoas sobre a importância de nos desmaterializarmos mais. Foi uma referência que fiz a nos tornarmos menos matéria e mais espírito. É clara a necessidade de ser menos materialista, dando menos importância aos bens materiais e mais importância às relações pessoais, às buscas espirituais, enfim. Essa é uma característica de pessoas com uma compreensão mais sublime da vida. No entanto, quando digo ser menos matéria e mais espírito, não falo só de comportamento. Refiro-me também à natureza do corpo quântico da pessoa, que pode ser formado por matéria mais grosseira ou mais sutil, tanto na parte orgânica quanto na parte invisível do corpo quântico. Considerando a parte orgânica do corpo, a pessoa menos-matéria possui um cheiro mais suave, por exemplo.

A pessoa cujo corpo quântico é mais espírito do que matéria possui mais intuição, tem mais amor pelos outros, se preocupa com seus semelhantes, é mais lúcida, é mais competente, dá mais importância à saúde do que à aparência, é mais bondosa, é menos supersticiosa, compreende a existência do invisível. É o que se espera do ser humano do novo tempo, que é mais *poder da alma* do que *poder da mente*.

Como já vimos, a mente trabalha com uma eficiência de acerto baixa. A alma acerta sempre. Todos os defeitos da personalidade residem no âmbito mental e se espalham para o resto do corpo quântico, se não forem evitados. Orgulho, vaidade, raiva, ciúme, indiferença pelas necessidades do outro são característicos em pessoas mais matéria e prejudicam mente e corpo.

O que é realmente importante é igual para todo mundo. São pessoas que marcam nossa vida, animais e qualquer outro tipo de existência para quem possamos ser também importantes, em uma troca que vale muito mais do que aquilo que cada um pode perceber ganhar com esse dar e receber. Saber o que é realmente importante nos faz melhores, mas cada um só pode acordar para o valor que deve dar a essas coisas importantes, quando chega a sua hora de ser tocado. E isso só acontece, quando nos tornamos mais espírito do que matéria.

Estamos constantemente trocando de fase em nosso planeta e precisamos entender que a espiritualidade se faz

necessária. E é através das diferentes formas de religião que a busca pela espiritualidade se torna mais acessível, desde que desprovida de qualquer fantasia.

Pessoas praticantes de religião sadia são pessoas que se mostram realizadas, encontram mais lucidez, conseguindo chegar à vivência adequada. A tendência, caso participem de um grupo dirigido por pessoas coerentes e de boa vontade, é irem se aperfeiçoando moralmente. Com o tempo, adquirem mais paz, entendimento da vida, paciência e verdadeiro amor pelo outro.

A relação das pessoas com a igreja, com a sociedade espírita, com o templo de Umbanda, é encontro de pessoas unidas em torno de um objetivo comum, que é servir ao próximo. Sabemos que cada pessoa tem um motivo diferente que a leva a buscar seu caminho dentro da religião. Muita gente procura resolver questões pessoais. Há quem inicie seu caminho em uma casa por curiosidade, para saber como são os trabalhos. Há quem trabalhe por missão e quem trabalhe para resgatar seu karma. Todos, no entanto, independentemente da motivação pessoal, são sempre conduzidos aos trabalhos por seus protetores espirituais. Nesse processo, se revela claramente a influência do *poder da mente* e do *poder da alma*, porque a pessoa inicia sua participação em uma forma de religião, achando que está indo por um motivo, mas sua alma sabe os reais motivos,

que sempre são muito mais variados e importantes do que a pessoa é capaz de supor.

Estamos nos materializando ou desmaterializando? O que estamos fazendo de nossa vida? Como vai a nossa vida? Estamos conseguindo fazer amigos? As pessoas conseguem ver coisas boas em nós? Conseguimos ver coisas boas nas pessoas? Até um apresentador de TV é querido ou não, conforme seja mais ou menos matéria. Estamos sendo muito críticos? Estamos sendo pouco críticos? Estamos nos comprometendo?

Quanto à crítica, refiro-me à capacidade de analisar o que é bom ou não, o que está certo ou errado e manifestar nossa opinião. É importante saber dosar: nem muito, nem pouco crítico. Não precisamos nem devemos concordar com tudo. Caso concordemos por hábito e não por convicção, estaremos nos eximindo de mostrar às pessoas que elas estão erradas e que podem e devem melhorar. Temos que ter capacidade de avaliar até que ponto nossas ações devem ir, para que sejam adequadas.

É preciso ver o tempo de uma forma mais ampla. Essa ampliação deve se dar por uma capacidade de compreender que o tempo dessa encarnação é apenas uma fração do tempo da existência de nosso espírito infinito.

Quando minha filha Juliana era pequena, caí na asneira de dizer a ela que parasse de chorar tanto e deixasse para chorar no dia em que eu ...

Não escrevi a palavra, porque tenho por hábito não pronunciá-la, nem pensar nela, mas você entendeu, certo? Ela parou de chorar, mas, uma semana depois, a mãe dela me telefonou, dizendo que ela se deu conta de que isso poderia acontecer um dia, o que não havia compreendido em nossa conversa da hora do choro. Então contei a ela a história que passo a contar a você agora.

Bem lá na frente, quando isso vier a acontecer, o contato com os espíritos já estará se dando de forma tão natural que nem sentiremos essa separação. Mostrei a ela o livro *Reencarnação e imortalidade* de Patrick Drouot, que fala sobre a continuidade do espírito, e disse a ela que ficasse tranquila em relação a isso. Ela se tranquilizou e tudo ficou bem.

Espiritualidade e comportamento

Bem no início da minha vida como professor, vi uma reação muito legal de uma senhora. Eu e um colega, também professor, estávamos em uma solenidade festiva do colégio, conversando com essa senhora, mãe de uma aluna. Ela estava nos contando a respeito de seu trabalho e do trabalho do marido. Pelo tipo de trabalho que realizavam, a renda dos dois juntos era boa. Naquele semestre, a filha deles era candidata em um concurso de beleza. No meio da conversa, chegou a menina com o namorado. Como estávamos falando de trabalho, a senhora disse que o namorado da filha era mecânico. Nesse momento, ela notou alguma reação de meu

colega. Acho que ele não esperava que aquela menina bonita, de uma família com posses, fosse namorar um mecânico. Preconceito dele. Aí a mãe da moça nos olhou e disse: *“Ele é mecânico, mas é trabalhador. O que interessa é que ele é trabalhador. A gente não se importa com quem a nossa filha namora ou vai casar”*. Aquela senhora tinha uma visão diferente e legal. Não era uma pessoa materialista. Agia com o poder da alma.

Os preconceitos são oriundos do poder da mente. O poder da alma, por outro lado, quer fazer a gente ser mais espírito. Quer que nos misturemos mais com as pessoas. Quando a pessoa é matéria, ela se isola. Pode-se fazer analogia entre a água e o gelo. O gelo é matéria; a água é espírito. Um copo d’água, quando derrama, logo se mistura com o que toca. Um copo de gelo, se cai, pode até machucar. O material é sólido; não é fluido. Pessoas-matéria têm muitos pensamentos do ego. Magoam-se muito facilmente. São infantis nesse aspecto. São mais duras, menos sensíveis, menos perceptivas, menos espiritualizadas, incapazes de ver no outro um ser com uma história de muitas vidas.

O ser é matéria pura, se não tem sentimento pelas pessoas com quem lida. E se continua assim, a chance de se espiritualizar é muito pequena. Quando as pessoas que fazem parte da vida de alguém são, para essa pessoa, somente os papéis que representam, temos, nesse tipo de comportamento,

uma pessoa mais matéria do que espírito. Se a professora de alguém é só professora, se o médico é só médico, se o padeiro é só padeiro, se o dirigente de seu trabalho espiritual é só um dirigente, temos, nesse tipo de atitude, uma pessoa que age muito mais guiada por seu *poder da mente* do que por seu *poder da alma*. O que importa para esse tipo de pessoa é ter uma professora, um médico, um padeiro, enfim. De certa forma, esse tipo de pessoa quer ter quem lhe sirva e só isso.

Uma pessoa que vive muito dentro de seu poder da mente possui muitos pensamentos. Possui muitos julgamentos, portanto. São pessoas que fazem muitas comparações mentalmente, às vezes sem perceber, quase sempre relativas a coisas materiais: *“Teu casaco é mais bonito que o meu. Eu tenho um salário de dois mil; tu tem um de quinze mil. Fulano tem uma casa maior do que a nossa, então vamos ter que aumentar a nossa, porque temos que nos equiparar. Meu casamento está valendo a pena”*? Assim pensa uma mente materialista.

As pessoas mais-matéria não participam de um trabalho para estar com as pessoas e somar, mas para ganhar alguma coisa com o trabalho. Nem sempre chegam ao ponto de quererem se beneficiar materialmente. Às vezes, desejam receber valores imateriais: mais conhecimento, mais desenvolvimento espiritual, mais evolução para si, mais proteção para seus caminhos e dos seus, no caso de participarem de um trabalho religioso, por exemplo.

Em meu grupo de trabalho semanal, e em outros grupos, já perguntei às pessoas o que elas acreditam estar fazendo no grupo. Em todas as ocasiões, em que fiz essa pergunta, a grande maioria declarou estar no grupo para aprender, para melhorar, para crescer. Certa vez, uma única pessoa disse que estava no grupo para estar junto, fazer parte do momento, para compartilhar e ser mais uma a dar força ao que estava sendo feito naquele trabalho. Exceção.

A caminhada de um xamã ocorre dentro de um limite muito estreito entre a luz e a sombra. É preciso estar disposto a trabalhar com gente de todo tipo, com as mais variadas necessidades, sem distinção. E esse mesmo desprendimento é o que o plano espiritual espera de todas as pessoas. União é a palavra-chave para que façamos juntos a *Arte de Ser Feliz*.

Até aqui vimos o significado de conceitos importantes como o *poder da mente*, o *poder da alma*, Inteligência Quântica, Espiritualidade, entre outros. A partir de agora, nos Capítulos 6 e 7, veremos práticas para viver o agora no dia a dia e tópicos a respeito da alimentação no novo tempo.

Práticas para viver o agora

*Há pessoas que se detêm tanto
nas infelicidades que perdem o
caminho da felicidade.*

Nada. Estou a serviço do agora. Isso foi o que respondi, um dia desses, a uma pessoa que me perguntou no que eu estava pensando.

Após vários anos de exercícios para me manter no agora, consigo me situar no presente com facilidade. Não fico pensando no que vou fazer no futuro, nem me prendo a fatos do passado. Nem sempre tive tão forte essa característica, mas hoje é algo natural, assim como é natural não falar em coisas negativas, principalmente na hora das refeições.

Comecei a buscar esse estado, a partir de uma situação que vivi. Eu estava dirigindo, voltando de uma reunião no Instituto de Educação General Flores da Cunha, onde eu era um dos vice-diretores do turno da noite. Para voltar para casa,

eu contornava o Colégio do Rosário aqui em Porto Alegre. Em uma dessas ocasiões, quase bati o carro, porque, com o pé na embreagem, eu tentava acelerar, e o carro não ia. Não parava nem avançava. De repente, todos os outros carros pararam, porque havia um engarrafamento, mas eu não parava. E eu, com o pé na embreagem, pensando na reunião.

Sem me dar conta do que estava acontecendo, o que me restou foi puxar o freio de mão. Parei a uns cinquenta centímetros do carro da frente. Nesse momento, pensei e disse a mim mesmo em pensamento: *“Jorge, assim não dá. Acidentes só acontecem com mortos!”*

Essa foi a nítida impressão que tive naquele momento. Senti como se estivesse somente de corpo presente, sem alma. Só o meu corpo estava ali. Meu pensamento estava na reunião dos vice-diretores do colégio.

Quando me dei conta de que, por esse tipo de atitude, havia a possibilidade de perder algo importante, comecei a criar dispositivos para ficar no agora. Por exemplo, eu ando no carro olhando para as pessoas, para o que acontece. Vou mexendo com as pessoas, sem que elas percebam. Sai uma pessoa da padaria, e eu digo: *“Comendo, heim?”* Passa um cara com a namorada, e eu digo... *“Namorando, heim?”* As pessoas não ouvem. Sou eu comigo para ficar no agora. É um dos dispositivos que criei para prestar atenção no presente.

Quando meus filhos eram pequenos, eu fazia com eles uma brincadeira no carro. Fingia que ia largar a direção e que era a vez de eles dirigirem. “*Eu vou descer!*” Eles faziam uma onda, dizendo “*Nããããooooo!*” e me seguravam. Tudo era um jogo do agora. São coisas comuns do cotidiano como, por exemplo, quando eu passo pela Rua Silva Só. Olho a placa e digo: “*Coitado desse cara... Sempre foi só!*”

São umas bobagens, mas umas bobagens úteis que me fazem ficar no agora. Por isso eu digo para as pessoas encontrarem as suas bobagens úteis.

Se você pensar no que estiver olhando, não tem erro. Conseguirá ficar no agora. É claro que conseguir ficar no agora de olhos fechados é outro desafio, mas, para chegar a esse estado ideal, o primeiro passo é exercitar bastante o olhar.

Você sabe que meditar é estar no agora? É claro que, quando nos sentamos para entoar um mantra também estamos fazendo meditação, mas é porque, ao entoar um mantra, é mais fácil se concentrar e ficar no agora. Mas é possível meditar a todo instante, em qualquer lugar. E isso é muito importante, porque, além de favorecer nossa capacidade de atenção, contribui para a paz em nosso planeta. Sempre digo que, se dez por cento da população do mundo fizesse meditação, não haveria mais guerras.

Nosso cérebro é um órgão muito ativo. Ele precisa estar sempre sendo executado, de preferência para meditar, que

é ficar no agora, porque, à medida que a pessoa não usa os seus neurônios, no lugar vai ficando uma espécie de lacuna, um vazio, que pode dar espaço para a entrada de pensamentos que são de outras pessoas, de outros espíritos, inclusive desencarnados, algo sobre o que falo em detalhe no livro *Nossa espiritualidade sob o prisma da inteligência quântica*.

Algo importante a considerar é que não devemos nos condicionar a viver em função de tudo o que os outros nos dizem ou acham de nós. É preciso desenvolver uma certa autonomia no pensar, até mesmo para avaliar, se o que nos dizem tem coerência ou não. Obviamente, não me refiro a desconsiderar a opinião das outras pessoas, mas a ter capacidade de pensar pela própria cabeça, porque chega um momento em que quem vive pelo outro acaba por se sentir vazio.

Vejamos outra estratégia boa para se manter no agora. Quando eu dava aula no Instituto de Educação, eu tinha uns cinco ou seis caminhos que usava para chegar até lá. Era uma forma de dar mais alternativas ao cérebro. Ocorre que, se fizermos sempre o mesmo caminho, ou as coisas sempre do mesmo jeito, o cérebro acaba “selando”, como gosto de dizer. Entra no automático.

A rotina pode ser perigosa, porque quem, todo dia, todo dia, levanta na mesma hora, passa pelos mesmos caminhos, faz as coisas da mesma maneira, corre o risco de entrar no

automático. Se condiciona e dá espaço para a mente fugir. É mais difícil ficar no agora, quando fazemos tudo do mesmo jeito, e ainda existe o risco de esquecer coisas importantes que não estão na rotina de todo dia. Por isso é preciso variar o que fazemos e a forma como fazemos as coisas. São maneiras que podemos utilizar para dar mais cores e mais conhecimento ao cérebro. É bom variar as ruas e avaliar qual o melhor caminho, quando é preciso ganhar tempo. Quando agimos assim, nos colocamos em situação de optar, e para optar é preciso estar atento ao agora. Você percebe como podemos buscar formas de estar no agora?

Existe uma passagem que sempre conto sobre estratégias de viver o agora. Eu havia começado a namorar a Luciane há poucos dias. Estávamos almoçando, e ela me perguntou, se eu queria uma bergamota de sobremesa. Eu disse: *“Não sei. Ainda estou almoçando”*. Eu não sabia mesmo, porque estava focado no almoço. Aí ela disse: *“Tá, mas eu vou comer e depois não vai ter”*. Aí eu disse: *“Come. Quando eu terminar, vou ver o que tem para mim e vou comer o que sobrar, mas agora eu não estou com vontade de comer bergamota. Agora eu estou almoçando”*.

Para quem não entende muito desse processo de viver o agora, pode até parecer má vontade, mas não é. Eu ali já estava me exercitando para viver o agora. Ocorre que uma maneira de exercitar o “viver o agora” é não se permitir, em hipótese

alguma, pensar na frente, nem ficar remoendo coisas do passado. E digo mais. É preciso ser vigilante em relação a isso.

Um dia desses, um amigo me disse que esteve pensando e havia compreendido por que eu, Jorge, tinha tanta habilidade em viver o agora e ele, embora compreendesse a importância disso, não tinha essa mesma habilidade. Ele me disse que percebeu que, para ele, os exercícios não eram uma prioridade e para mim eram. Concluiu corretamente.

Com o tempo, fui percebendo outras oportunidades de viver o agora. Relacionei “viver o agora” com o poder do elemento fogo, porque o fogo nos deixa no agora sem alternativa. Ao olhar o fogo, ninguém fica pensando no supermercado, nas contas a pagar. Não dá para pensar em nada, porque o fogo é tão mágico, faz tanto movimento, que não conseguimos pensar em nada mais. É algo parecido com o que sentimos diante da imensidão do mar.

Existem indícios que nos fazem perceber que estamos conseguindo permanecer no agora. Pelo tanto que estar no agora é estar presente naquilo que se está fazendo, um indício forte de que estamos conseguindo permanecer no agora é que nos lembramos de muito do que se passa conosco durante o dia. Outro indício forte é que nossos decretos funcionam mais. Isso acontece, porque, quando ficamos no agora, ficamos mágicos. Nossa força aumenta muito. Nossas palavras passam a ter mais força de decreto, porque quem vive o agora vive mais

o poder da alma, que deseja coisas certas do que o *poder da mente*, que pode desejar coisas erradas. Experimente decretar algo que pode beneficiar sua saúde como, por exemplo, que, a partir de agora, você não fará mais uso de alguma substância que sabe ser prejudicial em sua alimentação. Quem sabe parar de usar açúcar no cafezinho?

A necessidade de viver o agora, assim como muitas outras coisas, me surgiu intuitivamente. No caso “do agora”, o problema que tive com o carro, voltando do colégio, foi o que suscitou essa reflexão. Depois de passado o perigo, me perguntei: *“Por que essa coisa de viver o agora é dita? Mas quem vive efetivamente o agora? Eu decidi. Eu vou viver!”* Naquele mesmo instante, entendi que havia alguma importância nisso. E hoje estou aqui mostrando a você como fazer. E digo mais. É preciso exercitar bastante, e com atenção, o viver o agora, de forma que se consiga colocar esse hábito na rotina do dia a dia.

Vamos concluir este capítulo com uma prática? Por favor, pegue agora um papel e uma caneta, ou lápis, como quiser. Não leia agora o parágrafo a seguir. Deixe para ler depois, quando já estiver com a folha de papel em suas mãos.

Coloque a folha de papel a sua frente e feche os olhos por alguns instantes. Identifique o primeiro pensamento que aportar em sua mente. Não importa qual seja. Não o julgue. Aceite-o, sendo ele feliz ou triste, simples ou mais complexo. Não importa. Ele é o “seu” primeiro pensamento. Abra os

olhos e escreva uma poesia sobre ele. Não precisa rimar; não precisa ser isso ou aquilo. Só escreva as frases que vierem a sua mente. Uma linha abaixo da outra. Pode começar e só continue lendo depois que concluir sua poesia.

* * *

Agora que está pronta, tome-a em suas mãos e saiba que está segurando uma parte de você. São códigos, na forma de palavras, que emergiram de seu corpo quântico. São informações de sua Biblioteca Espiritual. Esse exercício representa o acender de luzes em seu corpo quântico e, portanto, faz parte de seu trabalho de resgate da alma.

O fato de você se dispor a fazer o exercício, de não questionar, de procurar fazer o melhor possível, de se observar, de começar e terminar são fatores importantes. Com esta prática, você exercitou sua Inteligência Quântica e partes de seu corpo quântico foram reprogramadas naquilo que você percebeu e naquilo que não percebeu, porque há vários aspectos que ficam no inconsciente. Trabalhou a disposição, a capacidade de crer, a criatividade e muito, muito mais. Curas foram realizadas. Luzes foram acesas.

No trabalho que desenvolvo, em pouco tempo, práticas como esta exercem importante influência na motivação das pessoas, porque, através da ampliação de consciência, elas reprogramam suas memórias celulares, desenvolvendo, ainda mais, a Inteligência Quântica.

Alimentação do novo tempo

Gordura no corpo é inflamação!

Falar sobre alimentação é algo muito delicado, porque definitivamente não existe um modelo de alimentação ideal para todo mundo. As pessoas são diferentes, em idades, necessidades nutricionais, gostos, estados de saúde, alergias, motivações. E ainda, ao longo do tempo, em função da idade, cada pessoa modifica suas necessidades.

Alguns alimentos aprovados hoje já foram condenados no passado e vice-versa. Outros recebem muito agrotóxico, possuem amido em grande quantidade, glúten, lactose, que podem ser prejudiciais para algumas pessoas. Há muitas variáveis a considerar, e quem se interessa tem bastante informação disponível no sentido de encontrar um jeito seu de se alimentar melhor.

Prova de que é difícil encontrar uma forma ideal de alimentação, que seja nutritiva e que permita que a boa forma seja mantida, é o tanto de pessoas que, mesmo se esforçando para se manter no peso desejado, muitas vezes não conseguem. Mesmo aquelas que procuram ajuda, ao se afastarem do profissional que lhes auxilia, podem voltar a engordar, por voltarem a comer alimentos pouco nutritivos ou “engordantes” que deixaram de lado durante a dieta. Há quem diga que o que engorda não é a quantidade de comida, mas a qualidade. Mas o que dizer para quem come comida considerada saudável e ainda assim engorda?

O que motiva a escolha da alimentação de cada um de nós é algo complexo que depende de muitos fatores; não é só uma questão nutricional. É também influenciada por fatores emocionais, mentais, e cada vez mais, depende da consciência ambiental, do amor e respeito pelos animais. Por tudo isso, neste capítulo, não tenho qualquer intenção de propor uma forma única de alimentação. O que colocarei a você são informações a respeito dos movimentos que alguns grupos têm feito para buscar alternativas de alimentação que deixam de fora o que comprovadamente é considerado inadequado inclusive pela ciência.

Há muitos grupos, e mesmo pessoas isoladamente, que estão se voltando para a produção de alguns alimentos, de forma a poderem comer de uma forma mais saudável e

consciente. Hortas comunitárias, estudos sobre plantas alimentícias não convencionais, as denominadas “pancs”, alimentação viva e outros temas vêm suscitando o interesse de muita gente.

Hoje já se sabe, por exemplo, que açúcar, além de ser prejudicial, não faz falta alguma no que se refere à nutrição. Leite de vaca é um alergênico dos piores, que, para algumas pessoas, já vi até mesmo provocar sangramento do nariz. A indústria da carne é uma das mais poluentes do planeta, e há fortes indícios de que sua ingestão aumente os índices de câncer e de enfarte. O cacau, se não ingerido in natura, passa por um processamento tão intenso que, mesmo puro, ou seja, sem a adição de açúcar, acaba por não ser uma boa opção. Mas ainda sobra muita coisa. Com criatividade e boa vontade, dá para comer bem e com sabor. Mas não posso mentir para os adultos e para as crianças que cresceram se alimentando dentro do modelo antigo. O fato é que nosso padrão de gosto se forma na infância. Assim acabamos tendo dificuldade de comer o que não fomos acostumados a comer quando crianças. No mínimo, nossas preferências giram em torno do que nos ofereciam na infância. Por isso devemos lançar mão de lucidez e boa vontade para fazer escolhas mais conscientes hoje. Afinal comer com qualidade, utilizando alimentos nutritivos, faz bem. Mas tem mais uma coisa que preciso colocar a quem quer comer melhor: é preciso aprender a cozinhar, pelo menos algumas coisas, porque, do

contrário, acabamos nos tornando reféns do que tem pronto para comprar. Cozinhar, além de ser um hábito saudável, é uma forma legal de reunir a família, os amigos, e permite trabalhar a criatividade.

Como já disse, o novo movimento de alimentação a que me refiro propõe substituições que são muito interessantes. Para quem gosta de leite, é possível substituir o leite de vaca pelos leites vegetais. Desses, o meu preferido é o leite de alpiste, que possui muitos benefícios nutricionais e tem um gosto que se assemelha a castanhas, sem o inconveniente de ser tão calórico como o próprio leite de castanhas. Além de tudo isso, é barato.

Para quem gosta de uma mistura salgada no pão, existe o creme de gergelim que pode ser feito com o resíduo do leite de gergelim, temperado com sal, algum óleo prensado a frio, tempero verde, cebola, alho, enfim.

O leite de gergelim tem um sabor um tanto amargo para algumas pessoas. Não é muito bom para fazer uma batida de banana, por exemplo, mas vai muito bem no café com leite, porque seu sabor levemente amargo se confunde com o do café.

Dá para fazer leite de coco a partir do coco ralado sem açúcar. O resíduo pode ser desidratado, em forno bem baixo, para fazer farinha de coco, ou misturado em uma receita para bolo. São praticamente infinitas as possibilidades de receitas com vegetais.

Uma senhora que atendo é uma buscadora de formas nutritivas e práticas de se alimentar. Em sua busca pelo pão ideal, como ela gosta de dizer, já inventou pão disso e daquilo, pão de frigideira, pão sem glúten, pão de grão de bico. Quando conseguiu fazer o pão sem glúten, se deu conta de que estava comendo muita farinha branca e resolveu buscar farinhas sem glúten integrais para produzir seu pão. Disse ela que conseguiu um muito bom que, gentilmente, resolveu nos ceder a receita. Aí vai.

Receita de pão de cenoura com maçã

Escolha um tipo de farelo de sua preferência e misture, em uma bacia, com cenoura ralada no ralador fino, meio a meio. Rale também duas maçãs e adicione. Pode colocar nozes, frutas secas, mas não é preciso. Sal em pequena quantidade. Essa massa não vai dar o ponto de pão que as pessoas costumam conseguir para sovar. Quem quiser pode acrescentar algum tipo de farinha para ficar com uma consistência mais aproximada do pão convencional, mas quem preferir se isentar das farinhas completamente deve misturar bem os ingredientes e colocar essa massa em uma forma untada antes de levá-la ao forno baixo, dando o formato na própria forma. Prende a massa com cuidado para que tome o formato do recipiente e fique com uma espessura fina que deve variar em torno de três centímetros.

Como todos os ingredientes poderiam ser comidos sem passar por cozimento (cenoura, maçã, farelos, frutas, nozes), o forno servirá apenas para desidratar essa massa, a fim de que fique mais parecida com um pão. É claro que, se você preferir dar a esse pão um sabor mais para o salgado, pode tirar as maçãs. Pode também trocar a cenoura por outro vegetal. Tudo é possível. Tem que experimentar até encontrar o seu ideal. Essa massa pode ser usada como base para pizza também.

É fácil encontrar receitas de leites vegetais na Internet ou em livros especializados. Vou dar aqui as receitas do leite de alpiste e do leite de gergelim. Lembre-se de que é preciso agita-los antes de tomar e, ao aquecê-los, não ferver.

Receita de leite de alpiste

Coloque uma xícara de sementes de alpiste em uma peneira e lave. Depois de lavado, coloque o alpiste de molho em uma tigela com tampa. Pode ser só um pano. Deixe assim por oito horas e depois lave de novo na peneira, descartando a água em que as sementes ficaram de molho. O molho em que as sementes ficam é a primeira etapa do denominado processo de germinação. Para completar o processo de germinação, as sementes deveriam ficar na peneira, tomando ar por mais doze horas, mas dá para pular essa etapa inicialmente. Com a prática e conhecimento a respeito da germinação, você pode incluí-la facilmente na rotina.

O importante é fazer a primeira vez. Para isso procurei facilitar as etapas.

Depois de lavar as sementes na peneira, é só bater no liquidificador, com três xícaras de água, por uns quatro ou cinco minutos e espremer em um pano. Está pronto o leite de alpiste. Descarte o resíduo sólido, porque esse não pode ser reaproveitado na alimentação. Esse leite dura uns três dias em geladeira, mas, para um tempo maior de conservação (5 dias), coloque algumas gotas de vinagre de maçã depois de pronto. Aliás, o vinagre de maçã pode ser usado como conservante em outras receitas.

Receita de leite de gergelim

Esse leite vegetal é ainda mais fácil de fazer do que o leite de alpiste. Pegue meia xícara de gergelim com ou sem casca e coloque no liquidificador com duas xícaras de água. Bata por uns três ou quatro minutos e esprema em um pano. Eu não costumo deixar essa semente de molho, porque o sabor fica mais amargo e, de qualquer maneira, em outras preparações com gergelim, ele nunca fica de molho. O resíduo, como já expliquei, pode ser aproveitado para fazer pastas para passar no pão.

Há muita informação boa na Internet sobre alimentação saudável. Várias delas já experimentamos. As que funcionam prosseguimos fazendo, e assim vamos buscando uma

alimentação que nos agrada e sustente. O arroz, por exemplo, além de possuir uma porcentagem de amido muito elevada, não faz falta alguma, e pode ser substituído por outros alimentos mais nutritivos. Tiramos do cardápio.

Quando o Jack Black veio morar conosco, dávamos ração para ele, porque achávamos que era a melhor opção. Com o tempo e a informação, descobrimos que isso é uma inverdade. Ração pode ser mais prática para os humanos alimentarem os animais, mas comida é sempre a melhor opção. É claro que a alimentação deles é diferenciada. Deve ter menos sal, menos gordura e, justamente por isso, já soube de gente que, aprendendo a fazer a comida para seu cachorro, passou a se alimentar melhor e acabou emagrecendo. Quanto ao brilho do pelo do Jack, não há o que dizer. É muito mais brilhoso do que o de outros cachorros que comem ração.

Fizemos uma transição na alimentação dele. Começamos a introduzir a comida e mantivemos a ração por um tempo. Depois tiramos totalmente a ração, mas, como ele gostava de bater com a pata no pote de ração, derrubar tudo no chão para depois comer, descobrimos uma alternativa para ele não perder essa curtição. Hoje ele faz isso com grão de bico desidratado. Germinamos o grão de bico, cozinhamos e colocamos no forno bem baixo para desidratar. Fica excelente, crocante e ele adora. Humanos também podem comer, é claro.

Antes de fazer esse tipo de substituição, é importante se informar bem para que não fique faltando nenhum nutriente importante na alimentação dos animais.

A germinação de grãos e sementes não é difícil e, quando colocada na rotina, fica bem tranquila. Aqui em casa, nosso feijão é germinado, porque essa é a forma que a natureza ensina de tirar o “veneno” que existe naturalmente na semente para ela se proteger dos agressores naturais.

Em *Não fique só: viva com inteligência quântica*, dei uma receita de bolo que costumo sempre ter em meus aniversários. Como vamos aperfeiçoando, hoje a receita possui várias substituições. Já não usamos, por exemplo, leite de vaca na massa, nem cobertura ou recheio a base de leite. Na próxima edição, será atualizado para a versão vegana.

Há muitas receitas interessantes que as pessoas estão inserindo na alimentação, e os restaurantes já estão se adaptando a essa demanda. Pratos veganos são cada vez mais comuns, felizmente. Outra mudança que deve começar a acontecer, em maior escala, em breve, é a substituição de pratos à base de grãos por pratos à base de vegetais em outras formas de apresentação, porque a alimentação do futuro tende a ser uma alimentação cada vez menos processada. As vagens de feijão são um exemplo. É possível comê-las ainda verdes. Os feijões que comemos são processados. Uma das etapas desse processo é a secagem, que necessita de calor, uma forma

de energia que não precisaria ser gasta, caso esse vegetal fosse consumido ainda verde.

Há quem diga que a alimentação do futuro será cada vez mais processada, prática e estudada para possuir uma composição mais nutritiva. Isso realmente aconteceria, se o ser humano prosseguisse se comportando da mesma forma que hoje, com pressa, se dedicando pouco à preservação da própria saúde e à preservação da natureza. Entretanto o que vem acontecendo é o contrário. As pessoas estão se tornando cada vez mais conscientes da necessidade de cuidar de si mesmas e do planeta.

Está acontecendo uma desaceleração, em que as pessoas passam a procurar um maior contato com a natureza, seja morando ou passeando em ambientes naturais. Vivem, assim, muito mais sua alma xamã, em um contato muito mais próximo com as plantas, os animais, o vento, a chuva, o sol, a lua.

Para concluir

Por acreditar piamente na Divina Providência, me sinto à vontade para lhe dizer que este livro não caiu em suas mãos por obra do acaso. A história a seguir ilustra a mensagem que quero lhe transmitir agora.

Um dia desses, eu estava jantando em um restaurante, e a televisão do lugar mostrava uma reportagem em que presidiários estavam sendo entrevistados. Um deles se comportava com deboche e audácia diante da câmera, e outros demonstravam um misto de nervosismo e vaidade infantil por estarem sendo filmados. Todos se movimentavam demais. Não conseguiam parar quietos, demonstrando muita ansiedade. No momento da filmagem, estavam aguardando a execução que aconteceria, pelo crime de tráfico de drogas.

O homem da mesa ao lado da minha disse às pessoas que estavam com ele: *“Se Deus me dissesse que nada aconteceria comigo, que eu não seria punido pela justiça divina, podem ter certeza de que eu mataria esses vagabundos. Eu*

limparia o mundo dessa corja que aceita mexer com drogas”.

Aí eu pensei, com os meus botões, que isso não adiantaria nada, porque a verdadeira melhora do mundo só pode ser alcançada com a melhora das pessoas, uma por uma. Acabar com esse ou aquele bandido não elimina o Mau. Para uma solução efetiva, é necessário investir na mudança de cada pessoa que está disposta a melhorar, como forma de mudar o sistema como um todo.

Todo mundo poderia mudar “se quisesse”. O traficante que negocia drogas poderia; o ladrão de banco poderia; o obeso que come de forma a prejudicar sua saúde poderia; o fumante que prejudica a própria saúde e a de outros poderia; o alcoólatra que danifica seu perispírito pela ação da bebida poderia; o drogado que danifica seu perispírito pela ação da droga poderia; a pessoa que mente poderia; o negligente que deixa para depois os afazeres poderia; o empresário que faz negociações ilícitas poderia; o médico que trata seus pacientes com descaso poderia; a telefonista antipática poderia; o egoísta que pensa só em si poderia. De uma forma geral, todo mundo que quisesse poderia.

Errar, saber que está errando e continuar errando é o decreto do próprio fracasso. E aqueles presidiários, com certeza, sabiam que aquilo que fizeram era errado, ilegal, mas, pela forma como estavam falando, se pudessem, provavel-

mente continuariam errando, o que torna muito mais pesadas as consequências pelos erros cometidos. Mas os outros casos que citei são de pessoas que, fazendo uso de seu *poder da mente*, provavelmente não considerem que estejam erradas. Seu *poder da alma*, no entanto, sabe bem que estão cometendo erros graves e que estão usando de justificativas para provarem aos outros, e até a si mesmas, que está tudo certo.

Ter consciência dos erros é só o primeiro passo, o qual não vale nada, se não houver o segundo, que é querer mudar. É preciso dar, ainda, o terceiro passo, que é ter competência para mudar, e o quarto, que é se vigiar até que a mudança esteja sedimentada na personalidade. Assim, mesmo com problemas tão diferentes, toda essa gente depende da mesma coisa: consciência de seus erros, decisão de mudar, competência para mudar e vigilância constante, até que as devidas “costuras” sejam realizadas no corpo quântico; até que os devidos pontos de luz se acendam no corpo quântico; até que a alma seja resgatada.

Os quatro passos que citei têm lá suas dificuldades. Tornar-se consciente dos erros não é a coisa mais difícil dentre as que citei. As pessoas que nos conhecem costumam ajudar nesse sentido, apontando nossos erros. Dar ouvidos a elas costuma ser o suficiente para perceber onde estamos errando.

Quanto à decisão de mudar, precisamos nos deter um pouco naquilo que determina o “querer mudar” de cada um. Às vezes, esse querer depende só da própria pessoa, que precisa vencer suas limitações. Outras vezes, existe comprometimento espiritual com falanges de espíritos comprometidas, por sua vez, com o exercício do mal. Os traficantes estão nesse rol. Trabalham para espíritos interessados em comprometer a evolução do planeta, mesmo que não tenham consciência disso. São, como se diz, massa de manobra. A competência para mudar deve ser buscada todo dia, em leituras, na melhora pessoal, no trato mais paciente com as pessoas, nas qualidades morais exercidas junto a nossos semelhantes.

Quanto à competência para mudar, sugiro que releia, no Capítulo 3, o tópico denominado *Gosto pela competência*.

E se vigiar? Você vigia a si mesmo? Você fiscaliza seus comportamentos e atitudes? Como muito do que somos é resultado de vidas anteriores, é preciso persistir, buscando fazer melhores leituras de nós mesmos, a partir do *poder da alma*, com o objetivo de conseguir perceber nossos próprios processos de funcionamento. Assim descobrimos onde nos boicotamos, em que situações mentimos para nós mesmos, o que nos negamos a ver.

Não podemos mudar em cada ato, porque isso seria mais difícil. Seria algo como o ladrão decidir que não roubará mais dinheiro. Não basta parar de roubar dinheiro para ex-

tinguir o ladrão que existe em alguém. É preciso abominar o ato de roubar. Só assim deixa de existir o ladrão. Precisamos de uma mudança mais ampla, interna, que redunde em uma forma de comportamento altruísta, em que levemos em consideração as necessidades do outro; que não permita mais o erro. Para isso, precisamos estar no agora, sempre atentos a nós mesmos.

Na linda busca pela mudança, não caia na armadilha da culpa, que não serve para nada; que é só uma desculpa para preencher a mente com pensamentos de autopiedade e adiar as mudanças necessárias. Então vamos lá! Saber e não fazer é o mesmo que não saber!

Está, na vigilância, a maior velocidade da mudança que conduz ao resgate da alma!

E que o resgate da alma traga o ser humano do novo tempo em cada um de nós!

Se você já leu alguns de meus livros, vai verificar que alguns dos anexos apresentados a seguir fizeram parte desses livros. Considerando a importância dos assuntos neles abordados para o entendimento e boa aplicação do que estamos vendo em Inteligência Quântica e o Resgate da Alma, aqui estão as informações novamente. Afinal precisamos facilitar as coisas, porque realmente não temos tempo a perder na estrada de nosso crescimento.

A estrutura quântica do homem

A base do que será desenvolvido neste anexo é o fato do homem de hoje ser diferente, em alguns aspectos, do homem de algumas décadas atrás. O novo homem possui um corpo quântico diferente, mais adaptado às necessidades atuais.

O CORPO QUÂNTICO DO HOMEM

O corpo físico é produto do espírito e traduz a sua mais baixa vibração, ou frequência vibratória. O corpo físico é resultado daquilo que o ser agregou ao longo de suas diversas existências como dons e defeitos, sendo então uma expressão da *Biblioteca do Espírito*. Ambos, corpo e espírito, evoluem lado a lado.

Somos dotados de diferentes corpos que precisam de nutrição, tal como o corpo físico, trazendo da memória espiritual poderes latentes que podem ser desenvolvidos por

esforços próprios e pelo auxílio de outros seres habilitados, tanto encarnados como principalmente os espíritos de luz que estão além do homem no caminho da evolução.

Todos os seres sempre possuíram corpos quânticos e todos agregam novas *esferas de adaptação* a cada entrada em uma nova existência. No parágrafo a seguir, explico o que são as *esferas de adaptação*.

Vamos considerar o homem que vive na Terra. Ao nascer, ele possui o corpo físico que todos percebemos, por ser formado pelos elementos da Terra e por possuir a frequência vibratória de todos os elementos materiais da Terra. O corpo físico está envolto por uma esfera que recebeu para que possa se adaptar ao planeta, a qual denomino *esfera de adaptação*. Ao deixar a vida na Terra, ele receberá outra esfera de adaptação para que possa atuar no novo plano, em plenas condições. Esse processo acontece diversas vezes, porque encarna e desencarna muitas vezes. Assim, a cada entrada em uma nova existência, ele recebe uma nova esfera de adaptação, o que faz com que um homem, por exemplo, possua muitas esferas de adaptação, tantas quantas forem suas entradas em novas experiências evolutivas, ou novas vivências.

Considerando que tudo na natureza se repete, podemos compreender as esferas de adaptação do corpo quântico do ser humano, fazendo uma analogia entre as diversas camadas que formam o planeta e a estrutura de um sim-

ples ovo. Podemos, dessa forma, pensar no corpo quântico de um ser humano como sendo um ovo com gema, clara e casca. A casca seria a esfera de adaptação. A peculiaridade que existe no corpo quântico de um homem é que ele possui diversas *cascas*, uma englobando a outra. Entre uma casca e outra, existe um espaço. A matéria que preenche esse espaço poderá ser de boa ou não tão boa qualidade. A sua natureza será definida pelo esforço de crescimento do homem durante a existência respectiva. É nesses espaços que estão armazenadas todas as informações, ou arquivos, como gosto de dizer, que vão compondo a *Biblioteca do Espírito* do indivíduo. Assim, se ele trabalhou como ferreiro, na esfera correspondente à sua vida como ferreiro, está registrado todo o seu conhecimento da profissão. Se ele teve uma forte emoção pelo nascimento de um filho, o resultado desse sentimento também é registrado no corpo quântico.

Quando se realiza uma sessão de regressão a vidas passadas, esses espaços do corpo quântico podem ser acessados com o intuito de descondicionar a visão que temos a respeito de algo.

Como, em uma regressão, voltamos ao exato momento em que a situação aconteceu, chegando ao espaço entre as esferas de adaptação onde está armazenada a informação, vemos, com os olhos de hoje, o que foi vivido no passado. Como o espírito de todos nós possui a sabedoria infinita, estão acessíveis somente os arquivos que revertem em pro-

gresso, em crescimento, em saúde e em sabedoria. Por isso a regressão deve possuir um caráter terapêutico e não deve ser realizada por simples curiosidade.

Voltando ao tema *esferas de adaptação*, a partir do que foi colocado, é fácil concluir que a mais externa é a esfera que recebemos para transitar em nossa vida atual. A Figura A1 é um modelo didático para facilitar o entendimento.

Pensando na estrutura que vamos formando ao longo de nossa trajetória de evolução, nos diversos ciclos de vida e morte, somos consciência pura e perfeita somente bem no centro, no local onde estaria a gema do ovo, de acordo com a analogia que fizemos.

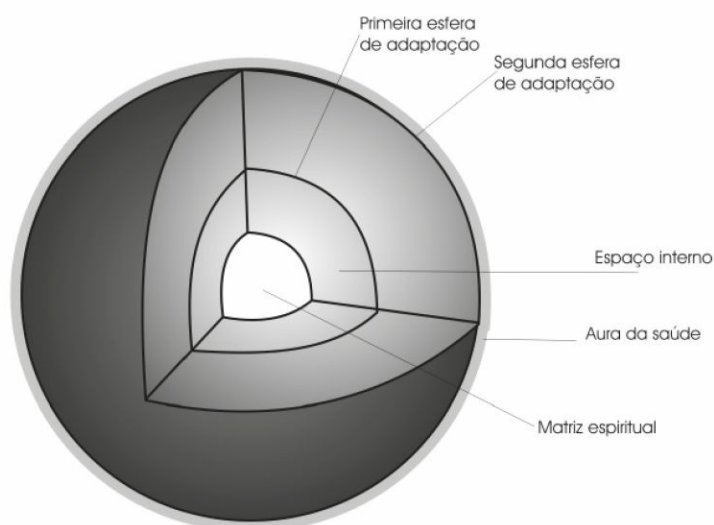


Figura A1 – Em ilustração esquemática, a matriz espiritual, as esferas de adaptação e a aura da saúde. Entre uma esfera de adaptação e outra, a *clara do ovo*.

Então nosso corpo quântico é formado da seguinte forma:

1. matriz espiritual bem no centro;
2. corpo físico que é formado por toda a estrutura orgânica;
3. esferas de adaptação recebidas a cada nova existência;
4. aura da saúde.

E todas essas estruturas do corpo quântico estabelecem o Campo Quântico associado do indivíduo, o qual pode atingir grandes distâncias, ou estar tão enfraquecido a ponto de deixar a pessoa a descoberto.

Assim, não poderia deixar de dizer que, quando o ser está energeticamente desprotegido, por não estar atento às estratégias de proteção que deve sempre utilizar, a primeira estrutura a ser atingida é a aura da saúde. Surge com isso uma sensação de indisposição e fraqueza.

Devemos saber que, tanto o corpo físico, quanto as esferas de adaptação e a aura da saúde são estruturas físicas, mas julguei conveniente usar a expressão corpo físico para denominar o nosso conjunto de músculos, ossos, etc, tendo em vista que o termo já foi muito utilizado, já é conhecido e reconhecido, embora o corpo quântico, no sentido de possuir matéria, também seja físico, embora seja formado por uma matéria mais sutil. Então, quando no futuro parecer estranho usar a palavra físico para descrever somente o nosso conjunto de músculos, ossos etc, poderemos trocar o termo por outro mais apropriado.

O nosso corpo quântico possui um Campo Quântico associado a ele. O corpo quântico é, por assim dizer, a entidade existente; o Campo Quântico é o espaço de abrangência do corpo quântico. Para ficar mais claro, pense em uma chaleira fervendo. A água mais o vapor que dela se desprende, e que ocupa um espaço ao redor da chaleira, podem ser comparados ao corpo quântico. O **espaço** que a água e o vapor conseguem juntos ocupar pode ser comparado ao Campo Quântico. Veja que o corpo quântico dessa água é a entidade formada por água *líquida* mais *vapor*. Por isso, corpo quântico e Campo Quântico não podem ser *pensados* como entidades separadas e independentes. Também vimos que não somos só o que os nossos olhos são capazes de enxergar. Novamente podemos utilizar a comparação com a chaleira fervendo. É fácil enxergar a água no estado líquido, mas o vapor, que é um estado mais sutil da água, só o enxergamos logo em seguida da ebulição. Após um tempo, já não vemos mais a água que se desprende como vapor. Vamos ver agora *como somos nós*.

O QUE HÁ DE NOVO NO CORPO QUÂNTICO DO HOMEM

Essa formação de esferas concêntricas (esferas de adaptação) é igual desde o “início dos tempos”. O que é diferente agora é:

1. a maior distância que o Campo Quântico alcança, produzindo os fenômenos de clarividência, por exemplo, em que uma pessoa é capaz de enxergar outra que está muito distante, sendo possível, terapeuticamente, descrever seu estado de saúde. Também é possível pressentir algo que acontecerá, em um momento futuro, com um conhecido, entre outras formas de comunicação;

2. a maior capacidade de transitar entre as esferas de adaptação, o que representa uma maior capacidade de comunicação entre elas.

São bem mais comuns hoje os casos em que pessoas passam a se comportar, de uma hora para outra, de forma completamente diferente daquela que estão acostumadas. Isso acontece, porque estão acessando, no corpo quântico, pontos correspondentes a outras épocas dessa vida, os quais podem ser, por exemplo, pontos da infância desta vida. Nesse caso, a pessoa pode até voltar a ter comportamento infantil. Também podem acessar pontos do corpo quântico relativos a vidas anteriores.

Diante do que coloquei, não se surpreenda de agora em diante. Tudo pode acontecer. Se alguém se modificar completamente, não estranhe. São consequências dos novos tempos.

O resultado das modificações que se processaram, durante as últimas décadas, em nossos corpos quânticos, pode ser percebido por meio de:

a) *uma maior capacidade de tratar de várias coisas ao mesmo tempo.* Essa é uma exigência dos tempos atuais. Recebemos uma carga de atividades maior e uma maior carga de informações. Isso exige inclusive uma adequação física à maior carga de estresse a que estamos submetidos;

b) *uma maior sensibilidade.* Hoje sentimos fisicamente as intenções alheias mais do que antes. Na verdade, percebemos o Campo Quântico do outro mais do que antes. Algumas pessoas podem ficar exauridas energeticamente, ao entrar em contato com outras mal-intencionadas ou mesmo carentes. Apresentam sintomas de fraqueza e enjoo, porque são sugadas energeticamente a partir do plexo solar que se localiza no que as pessoas chamam “boca do estômago”. Por isso eu sempre aconselho as pessoas que atendo a não se colocarem disponíveis para ouvirem as lamúrias de outras que fazem questão de se queixar de tudo e de todos. Não se trata de negar ajuda. Nessas situações, nada do que for dito ajudará, porque o prazer de quem se queixa está justamente em se queixar, e a energia de quem ouve as lamúrias abastece o queixoso. Mas esse “abastecimento” é pura ilusão, porque a energia cedida pela pessoa que tenta ajudar é logo perdida por quem se queixa. O melhor a fazer, nesses casos, é mudar o foco, trocar o assunto discretamente e procurar falar de outras coisas. Esse é um caso que você já viveu, não é? Claro! É muito comum conhecer alguém que gosta de se queixar;

c) *uma maior intuição*. Já não é tão raro prever que vamos receber uma ligação, ou lembrar de alguém que não vemos há muito tempo e no mesmo dia encontrar a pessoa.

Embora essas capacidades tenham aumentado, muitas vezes temos a impressão de que houve pioras no que se refere à capacidade perceptiva da informação. As pessoas têm mais dificuldade de concentração e aprendizado. Isso é resultado do excesso de informação que chega até nós, o que faz com que nossa atenção seja desviada muitas vezes ao longo de um intervalo curto de tempo. Muda-se o foco com muita rapidez, não havendo o tempo necessário para que uma observação mais profunda se estabeleça. E, como estamos condicionados a mudar de foco rapidamente, fica prejudicada a capacidade de concentração em algo específico durante um intervalo maior de tempo. Por isso as pessoas estão mais desatentas e com mais dificuldade de se focarem. Isso é ruim, mas é comum. Afinal são muitas as opções a nossa volta.

O mundo era mais simples, e por isso o estresse era menor. Hoje temos que dar conta de muito mais tarefas e assimilar muito mais informações. As pessoas hoje já ficam pensando na profissão que vão adotar, quando se aposentarem. Isso é ótimo, mas não fazia parte da realidade de outros tempos.

Resulta daí um grave erro de comportamento. As pessoas são levadas a pensarem na frente, o que as retira *do agora*.

Com isso perdem percepção. É importante estar presente no que se está fazendo. Isso é o que denomino *estar no agora*.

Estamos reagindo dessa forma, porque nosso Campo Quântico está mais elástico e mais aberto. Assim estamos conseguindo alcançar maiores distâncias com nosso corpo quântico e começando a entrar em dimensões que antes não podíamos acessar. Adentramos mais a dimensão do pensamento e das emoções alheias, por exemplo. Cobrimos fisicamente distâncias maiores pela expansão da parte de nosso corpo quântico que não somos capazes de enxergar. Podem ser produzidos, dessa forma, fenômenos como clarividência, como já coloquei.

Em função de todas essas mudanças, nós ainda estamos nos adaptando à nova realidade, mas precisamos, antes de tudo, admitir que nossa capacidade é magnífica e que nosso cérebro tem uma capacidade ilimitada.

O CÉREBRO DO NOVO HOMEM E A SUA IMPORTÂNCIA PARA O CORPO QUÂNTICO

O que a ciência conhece hoje a respeito do cérebro tem mais a ver com a sua estrutura orgânica. Ainda há muitas perguntas sem resposta, como, por exemplo: Qual a origem dos pensamentos? Por que surgem reações de medo, raiva, amor e frustração? Sabemos que efetivamente tais reações se manifestam em nosso sentir, porque as sentimos claramente nas

relações, mas não sabemos por que se formam, haja vista que algumas pessoas as sentem com maior e outras com menor intensidade.

Relativamente ao cérebro, pelo desconhecimento, ainda se misturam conceitos. Os atributos que têm a ver com o espírito, os quais estão contidos no corpo quântico, são confundidos com a estrutura orgânica. Na verdade, os pesquisadores procuram, no cérebro, as estruturas físicas que desempenhariam essas funções.

Não se vende em vidros inteligência, memória, imaginação e criatividade, porque esses são atributos do espírito de cada um. No momento em que a ciência começar a admitir a existência do espírito, luz será lançada sobre todas essas questões e se compreenderá que a estrutura física do cérebro na verdade é um canal para que se manifestem os atributos do espírito. Podemos então dizer que o cérebro é um decodificador daquilo que está armazenado em outra esfera, a esfera do espírito.

O cérebro, sendo um intermediário entre o corpo físico e o espírito, baixa a frequência vibratória das informações que vêm do espírito para serem lançadas na matéria. Pode ser comparado, nesse caso, a um transformador de voltagem. É também como um computador que baixa arquivos da central, que é o espírito. Quanto maior o número de existências e as experiências vivenciadas, mais informações há

na *Biblioteca do Espírito*, e essas pessoas precisam de um cérebro mais potente para baixar os arquivos. Quanto mais potente o computador, maior a velocidade para baixar arquivos. Por isso vemos cérebros com mais conexões que outros e pessoas com maior velocidade de raciocínio.

Como já coloquei, é certo que, quanto mais existências tivermos, mais esferas de adaptação teremos agregado ao nosso corpo quântico e maior será o espaço para armazenar os arquivos. Além disso, quanto mais beleza houver no intervalo entre uma esfera de adaptação e outra, maior será o número de belos arquivos armazenados.

Não poderia deixar de colocar que o cérebro precisa de nutrição para desempenhar suas funções. Afinal de contas sua parte física deve ser tratada com os nutrientes que exigem as estruturas físicas, sendo este um assunto que merece aprofundamento.

Saúde e beleza do corpo físico

Sobre a saúde e a beleza do corpo físico, há muito o que colocar. Por hora vamos ver alguns pontos-chave.

Pontos sem luz são princípios de doenças, e sentimentos negativos, feios, enfeiam o corpo físico, porque enfeiam primeiro os corpos sutis. Como você trata, embeleza e nutre o seu corpo físico é só uma parcela da contribuição em relação à preservação de sua saúde e de sua beleza. O mais impor-

tante é o seu comportamento e sua crença de força, a sua postura de saúde e de bondade. Muito mais do que aquilo que a pessoa come, as suas características mentais e emocionais determinam o seu estado orgânico. Não é por isso que você vai se alimentar mal, mas não faça da alimentação algo que atrapalhe a sua vida. A respeito de saúde, não poderia deixar de colocar um conhecimento que é divulgado no Oriente há milênios:

Se o indivíduo mantiver saudável sua
coluna vertebral e seu intestino, po-
derá viver cento e vinte anos, com
perfeita saúde e lucidez.

A Teoria dos Campos Quânticos

O nosso corpo quântico é um microcosmo inserido no Universo, o qual possui suas leis. Daí a importância de apresentar uma teoria que o descreva e que facilite a sua compreensão.

OS CAMPOS QUÂNTICOS

Através do trabalho que desenvolvo com grupos em empresas, e individualmente, em consultório, venho observando o comportamento das pessoas, suas reações de resistência, de crescimento, de autoproteção e a forma como agem em sociedade. Baseado nessa experiência, desenvolvi a *Teoria dos Campos Quânticos*, a qual utilizo como um suporte para o entendimento das formas de funcionamento de nossos corpos quânticos. Através do entendimento do que coloco nessa teoria, vejo que é possível conseguir um crescimento mais rápido e efetivo.

Os nossos pensamentos determinam a frequência vibratória de um ambiente, conforme a maior capacidade de estar no agora que tivermos. Assim um ambiente poderá se tornar mais “leve” ou mais “pesado”, conforme a intenção das pessoas que nele estiverem. Quantas vezes uma palavra mais dura deixa pesado o ambiente em que um grupo se encontra? Para interromper as correntes de pensamento que alimentariam ainda mais o estado negativo do ambiente, devemos usar estratégias. Eu costumo usar a estratégia da brincadeira muitas vezes. Outra forma é buscar outro assunto, cuidando para não desrespeitar as pessoas. Digo isso, porque seria completamente inconveniente mudar de assunto em determinados casos. Não se trata de fugir. O melhor é trocar de assunto, quando continuar um diálogo, ou mesmo uma discussão, não mostrar indícios de que resultará em algo construtivo.

Nossos corpos são muito menos densos do que supomos. O corpo físico se revela visualmente para nós, mas, como todos os corpos da natureza, possui uma onda associada a ele, ou seja, possui uma vibração característica. Assim, a frequência vibratória de nossos corpos ultrapassa os limites de nosso corpo físico. Possuímos, na verdade, outros corpos menos densos do que o corpo físico. Esses corpos menos densos vibram na frequência de nossos pensamentos e ultrapassam os limites do corpo físico, podendo alcançar longas distâncias.

Vamos imaginar que você esteja falando com alguém por telefone. Seu Campo Quântico chega até essa pessoa, e você poderá influenciá-la, mudando seu estado emocional, por exemplo, deixando-a mais otimista ou pessimista, mais feliz ou triste e até esgotada energeticamente, o que a faz se sentir fraca. Fique claro que não estou falando do que passa pelo fio, ou das ondas eletromagnéticas envolvidas nas comunicações de telefones celulares, mas sim dos Campos Quânticos das pessoas, que interferem um no outro à distância.

Assim, em função da influência que é exercida pelas pessoas através de seus corpos quânticos e que atinge, positiva ou negativamente, pessoas e ambientes, julgo que a denominação Campo Quântico seja a mais apropriada para a abrangência que toma o corpo quântico, no momento em que está exercendo a influência. E, para explicar os mecanismos de funcionamento dos Campos Quânticos, vou apresentar a Teoria dos Campos Quânticos. Vamos ver exemplos.

- O campo de uma pessoa feliz se expande, e o de uma pessoa triste se contrai. Em função da contração exagerada e duradoura, surge a depressão.
- O campo de uma pessoa tranquila traz tranquilidade para o ambiente, e uma pessoa intranquila, mesmo que não diga uma palavra, deixa o ambiente agitado.
- Uma pessoa que ao acordar sempre repete que demora “duas horas” até que passe seu mau humor, se encontra-

rá todos os dias nesse estado, e seu subconsciente, antes que elabore o primeiro pensamento do dia, a fará mal-humorada, determinando o estado de seu corpo quântico para o resto do dia.

- Você entra em um restaurante, e todos estão focados em seus próprios assuntos. Você percebe, mesmo sem olhar, que alguém observa sua entrada. Ao chegar, a influência de seu Campo Quântico denuncia a sua chegada, e a outra pessoa, mesmo estando focada no que estava fazendo, percebe que você entrou, porque o seu Campo Quântico a atingiu. O que você sente, da mesma forma, é o Campo Quântico da pessoa que percebeu a sua chegada. Agora que você já tomou conhecimento de alguns exemplos, podemos definir Campo Quântico.

O Campo Quântico de uma pessoa ou de qualquer outro ser é o alcance que toma o seu corpo quântico, de acordo com a necessidade do momento e/ou a intenção do indivíduo. Nas pessoas, o estado emocional contribui também para a expansão ou contração do Campo Quântico. O alcance máximo que o Campo Quântico pode alcançar, no entanto, varia de pessoa para pessoa, mas ele pode ser trabalhado para que se expanda mais, o que é bom.

Aproveitando a definição de *Campo Quântico*, é preciso esclarecer que a *Teoria dos Campos Quânticos* não é a mesma coisa que a *Teoria Quântica de Campo* apresentada pela Física.

Nas pedras, o Campo Quântico é pequeno e varia muito pouco, ou seja, pouco se expande e pouco se contrai. Nas plantas, o campo possui uma abrangência maior, e os limites de expansão e de contração são, portanto, maiores do que nas pedras. Nos seres humanos, a expansão e a contração aumentam sobremaneira, podendo ser trabalhadas para que alcancem distâncias cada vez maiores e também menores.

O campo se expande e se contrai inconscientemente e involuntariamente, conforme a necessidade do momento e, voluntariamente, de acordo com a habilidade da pessoa em provocar a sua expansão e a sua contração. Veja a seguinte situação. Se você estiver caminhando na rua à noite e tiver a preocupação de não ser notado, poderá encolher seu campo. Sua habilidade em fazer isso pode ser maior ou menor. Existe inclusive treinamento para aperfeiçoar essa habilidade. É a técnica de tornar-se invisível trabalhada no Xamanismo.

Por ser o Campo Quântico a distância ocupada durante a expansão ou a contração do corpo quântico, os conceitos de *Campo Quântico* e de *corpo quântico* às vezes se confundem, mas é preciso esclarecer que são dimensões diferentes do ser. É no corpo quântico que estão os registros individuais, ou seja, o resultado de nossas escolhas, em função do livre-arbítrio exercido ao longo de nossas diversas vidas. Se a pessoa investiu fortemente na inveja, em seu corpo quântico, ficam registradas as marcas da inveja. As qualidades, por

outro lado, não geram marcas no corpo quântico. Elas abrem espaços de luz. O Campo Quântico, como já vimos, é o espaço ocupado pelo corpo quântico.

Em função das evidências surgidas a partir dos estudos sobre a natureza da matéria, a ciência já suspeita fortemente da existência de algo mais, algo que existe além da matéria aparentemente densa de nossos corpos físicos. Alguns cientistas renomados como o indiano Amit Goswami já admitem a existência do espírito. Amit Goswami coloca que a consciência é a base da existência e não a matéria. Segundo ele, ao dar valor primordial à consciência, podemos apreender todas as suas qualidades e experiências. Apreendemos não só as experiências materiais, sensoriais, mas também o que pensamos, sentimos e intuimos, sendo essa intuição um fenômeno que se explica pelo conceito de não-localidade, uma comunicação onde não há troca de sinais, explicada pela física quântica. É um fenômeno em que moléculas, elétrons e pessoas se comunicam mesmo a longas distâncias, o que confirma a Teoria dos Campos Quânticos.

Podemos ver que a ciência está diante de uma estrada que se bifurca. Podemos seguir pela estrada conhecida que possui todas as condições para uma tranquila caminhada. Nela existe a natureza linda, o sol e muitos instrumentos que facilitam a vida. Em seu caminho, está registrada uma bela história construída de acordo com a observação e a inter-

pretação da natureza. Seguindo por ela, os homens poderão transitar com o mais potente e confortável carro e encontrarão todo o conforto material de que precisarem. Se, por outro lado, admitirem seguir pela outra estrada, poderão usufruir de tudo o que já foi conquistado em termos de conforto material, mas se depararão com muitos espelhos e precisarão se enxergar. Nessa estrada, serão levados a olhar para dentro de si, e, aos poucos, o significado da existência começará a ser revelado. Verão que existe também um desdobramento do mundo em que vivemos, algo como um mundo paralelo. Para poder entender esse novo mundo, precisarão se despir de preconceitos e dar mais importância ao sentir e ao outro. Poderão conhecer mais a respeito de sua história infinita, e serão capazes de resgatar talentos que já tiveram. Com isso poderão sentir o caminho, percebendo as próprias reações e entendendo mais os porquês da caminhada. Com a consciência ampliada, terão mais paz e saberão desfrutar da vida com mais sabedoria. Mas esses conceitos, embora muito antigos, são muito novos para a ciência e também para a maioria das pessoas. Como a ciência ainda não possui os instrumentos adequados para provar tudo isso, ainda há descrença. Apesar disso, não será possível negar o novo mundo durante muito tempo, porque as evidências surgirão de forma muito clara.

Isso está acontecendo hoje com a Teoria das Cordas. Segundo essa teoria, seríamos formados, no nível mais ele-

mentar, por minúsculas cordas vibrantes. Os cientistas detectaram uma vibração e propuseram a existência de cordas para explicar que a vibração advém do movimento dessas minúsculas cordas vibrantes. Como disse em *Inteligência Quântica 1: aplicações da teoria quântica na transformação humana*, a vibração existe, mas não existem cordas. A vibração vem da consciência, ou seja, de nossa matriz espiritual. Assim, em pouco tempo, se abirmos mão de determinados preconceitos, chegaremos à conclusão de que a matéria em todos os níveis, denso e sutil, é formada pelo som. E, em um nível ainda mais elementar, pelo amor.

Os cientistas que lançaram e se dedicaram durante muito tempo à Teoria das Cordas estão cansados de buscar comprovação científica para a validade da proposta, e mesmo os seus maiores defensores pensam na possibilidade de abrir mão de tudo o que já foi colocado pelo fato dessa teoria não poder ser comprovada dentro dos moldes exigidos pelo método científico. Isso está acontecendo, porque estão utilizando instrumentos que não são próprios para comprovar o que buscam. Na verdade, como já coloquei, é preciso abrir mão do paradigma material para que se chegue mais perto do entendimento de que a consciência é a base da existência e não a matéria, como já perceberam tantos cientistas que estão abertos ao novo. Na verdade, a ciência precisaria se reescrever, buscando, a partir de então, uma nova abordagem. Tudo teria que ser revisto, mas não pode-

mos esquecer de tudo o que já foi conquistado. Não vamos abandonar o que já foi feito. Pelo contrário, com tudo o que já conquistamos, vamos ter mais conforto para entrar nessa nova realidade.

Por usar o método científico que possui ferramentas adequadas para trabalhar no nível da matéria densa, a ciência hoje se ocupa preferencialmente dos fenômenos visíveis e palpáveis. O comportamento humano, por exemplo, é de difícil experimentação, porque não possuímos instrumentos adequados à “medição” de suas grandezas. É difícil, por exemplo, quantificar a capacidade intuitiva de uma pessoa. A reprodutibilidade também é prejudicada, porque não existem pessoas iguais. Mesmo assim existe a Psicologia, que é a ciência que estuda os processos mentais e o comportamento humano e animal. A sua forma de estudo se baseia na observação, na consequente classificação de tipos humanos e no estudo de seus distúrbios associados. Mas, mesmo com a dificuldade de experimentação, a Psicologia possui suas teorias, haja vista a Teoria da Sexualidade de Sigmund Freud e a Teoria do Inconsciente Coletivo de Carl Gustav Jung.

Vamos começar a ver agora de que forma preparei a *Teoria dos Campos Quânticos*, que é o embasamento para que possamos ampliar nossa consciência de forma mais direcionada e assim trazer mais alegria para nossas vidas.

A FORMULAÇÃO DE UMA TEORIA

Julgo importante definir o que é uma teoria, como ela é formulada e para que ela serve, a fim de localizar, em uma esfera mais ampla, a Teoria dos Campos Quânticos, mas, se o assunto não lhe interessar muito, por ter uma conotação um tanto teórica demais, sugiro que você pule esse item e vá direto para o seguinte.

O objetivo de uma teoria é apresentar uma explicação organizada para um determinado fenômeno ou conjunto de fenômenos, de forma que se possa compreendê-lo melhor e até mesmo prever o comportamento do sistema observado. Em minha opinião, as teorias são importantes, porque podem levar a um viver melhor e até mais sossegado, por nos dar uma melhor noção do que nos rodeia. Afinal o entendimento do que acontece permite que possamos ver as coisas de um ponto de vista mais amplo. Isso é importante para que não fiquemos com uma visão estreita da realidade.

Imagine que você possa ver um avião, estando a trinta centímetros dele ou a vinte metros. A vinte metros, sua compreensão do conjunto aumentará muito, concorda? É isso que vamos procurar fazer: nos distanciar para ver melhor o conjunto que formou a história da sabedoria e do conhecimento humano. Com isso abriremos portas para entender um pouco mais a respeito de nossa natureza, ou seja, de nos-

so corpo quântico, de nosso Campo Quântico e da natureza de nossa consciência.

Hoje existem **teorias filosóficas e teorias científicas**, mas, quando a filosofia e a ciência estavam tão próximas que chegavam a se confundir, essa divisão não era necessária. A natureza era observada e com isso eram procuradas explicações para o que era observado. Aliás, como originalmente essa divisão não existia, a ciência era antes denominada Filosofia da Natureza.

Vamos falar um pouco sobre filosofia e ciência, porque vale a pena investir alguns instantes nesse assunto tão importante e que normalmente não é mencionado nos bancos universitários. Eu digo isso, porque, afora as disciplinas específicas, durante todo o meu curso de Física e também durante o de Biologia, nenhum dos meus professores sequer citou a existência da Filosofia, o que hoje vejo ser uma falha dos currículos de grande parte dos cursos universitários, porque nada em ciência pode ser iniciado sem que passe pela Filosofia. Vamos ver alguns conceitos:

Ciência é o conjunto das informações sobre a realidade acumuladas pelas várias gerações de investigadores, depois de devidamente validadas pelo *método científico*. É dito ser um conhecimento certo das coisas por suas causas ou por seus princípios. Pela definição, pode-se perceber que não cabem relativismos na ciência, ou seja, depois que algo é pro-

vado, a não ser que se prove o contrário, deve-se respeitar o que foi provado. Cria-se então uma teoria ou uma lei.

Filosofia é o estudo dos princípios que originam os fenômenos observados, ou seja, suas razões primeiras, os porquês em sua essência. **Filos** = amigo e **sophos** = sabedoria. O filósofo é o amigo da sabedoria.

Analisando os dois conceitos, percebemos onde estão as diferenças. Enquanto o filósofo se preocupa com os porquês, o cientista se preocupa em observar e apresentar uma boa descrição, às vezes até uma modelagem matemática, para os fenômenos observados.

Existem, dessa forma, teorias científicas e filosóficas. Para que uma teoria seja considerada científica, é preciso que esteja dentro de determinados moldes. Assim, para que uma teoria filosófica alcance o status de teoria científica, é preciso que ela seja apresentada à luz do método científico.

Uma teoria pode muito bem ser aceita pelas pessoas em geral, mas, para ser aceita pela comunidade científica, em função das exigências do método científico, é bem mais complicado, o que é muito justo. Para que uma teoria possa ser considerada uma teoria *científica*, é preciso que as leis ou fenômenos colocados por ela possam ser comprovados por meio de experimentos reprodutíveis ou observações de fenômenos naturais. Explico. Se você quiser lançar uma teoria para explicar que a água evapora, quando aquecida a

determinada temperatura, será preciso que você monte um experimento que comprove que isso realmente acontece em um número significativo de vezes. Além disso, qualquer outra pessoa deverá obter os mesmos resultados que você, nas condições experimentais que você adotou e que deve divulgar. Ou seja, deverá ser possível reproduzir o seu experimento. E tem mais... A nova proposição deverá ser colocada na forma de um artigo completo, devidamente revisado e publicado em uma revista científica qualificada.

Considerando que todas essas condições sejam atendidas e que a *teoria científica* seja lançada, isso não garante que ela seja a perfeita expressão da realidade. Ela, entretanto, é reconhecida pela comunidade científica como a ideia mais provável, no referido momento, sobre determinado tema.

Pelo que coloquei, as teorias filosóficas são a base para as teorias científicas. Veja que, como faria um cientista, você pode perfeitamente modelar um fenômeno e prever o que se relaciona com ele, mas isso não é o mesmo que explicar seus porquês. É por isso que a ciência precisa andar junto com a Filosofia.

Fiz todo esse preâmbulo para explicar que vou tratar a *Teoria dos Campos Quânticos* como uma teoria filosófica, porque ainda não foi estabelecida a experimentação suficiente para que possamos tratá-la como uma teoria científica, embora, em meu trabalho de consultório, eu faça ob-

servações e veja que aquilo que aplico funciona bem em um número estatisticamente significativo de casos. Na verdade, em todos os casos, mudanças positivas se processam. Com as pessoas mais dedicadas, o resultado vem mais rápido, mas com todas podem ser percebidas melhoras em termos de saúde e comportamento. O mesmo acontece com o trabalho desenvolvido nas empresas, com grupos de profissionais. O grupo se torna mais motivado e capaz, a partir do desenvolvimento de sua Inteligência Quântica.

Proponho que cada um procure se observar, percebendo como a Teoria dos Campos Quânticos se aplica àquilo que se passa consigo.

POSTULADOS DA TEORIA DOS CAMPOS QUÂNTICOS

Segundo a Teoria dos Campos Quânticos, o que um filósofo faz ao enunciar o princípio de um fenômeno, ou seja, de uma situação da natureza, é trazer da essência de seu espírito a verdade que nele existe e que todos temos registrada na biblioteca de nosso espírito. Da mesma forma, o que um autor escreve, na verdade, tem a ver com o que ele já viveu, ou seja, com o que existe na biblioteca de seu espírito.

Meu objetivo, ao propor a Teoria dos Campos Quânticos, é bem simples. Quero fazer com que as pessoas se conheçam melhor, que saibam mais a respeito da constituição de

seus corpos, da natureza de sua consciência e de seu papel na grande teia do Universo. Assim cada um deve assumir a responsabilidade por seu crescimento, por sua proteção e pela ampliação de sua consciência, passando com isso a ter mais sucesso profissional, competências, firmeza e bondade, entre tantos outros atributos necessários para que coloque em prática a *Arte de Ser Feliz*.

Não se trata de cuidar de corpo, mente e espírito simplesmente. Não haveria nenhuma novidade nisso. A Teoria dos Campos Quânticos mostra como podemos atuar conscientemente sobre nosso Campo Quântico, resgatando ou mantendo uma completa saúde através de nosso livre-arbítrio, a fim de conseguir o máximo de evolução. Apresento a seguir a forma como organizei a Teoria dos Campos Quânticos.

Postulado geral

O Campo Quântico de um ser é definido pela distância, a partir do centro do corpo físico, que alcança o seu corpo quântico. No Campo Quântico, estão contidos, portanto, o corpo físico, a matriz espiritual, as esferas de adaptação e a aura da saúde, que são as entidades formadoras do corpo quântico.

Postulados específicos

1. Todos os seres da Criação possuem um espírito infinito submetido às Leis de Evolução;

2. cada ser é uma entidade que tem uma história nessa vida e também nas diversas vidas anteriores, o que forma a biblioteca de seu espírito;
3. todos os seres da criação possuem um corpo quântico que contém o registro de suas experiências, a *Biblioteca do Espírito*;
4. o corpo quântico possui camadas, as quais denomino *esferas de adaptação*. Cada esfera se agrega na parte de fora da anterior, deixando um espaço. A nova esfera é recebida no início de uma nova existência, como forma de adaptação do corpo para aquela nova caminhada. Assim agregamos, ao nosso corpo quântico, uma nova esfera, quando nascemos. Recebemos outra, quando deixamos a vida na Terra para transitar na nova situação. Com isso, camadas vão-se formando ao redor de nossa matriz espiritual, nas quais se encontram os registros da vida respectiva.
5. a matriz espiritual, também denominada *espírito puro* ou consciência original, livre de condicionamentos, está bem no centro de todas as esferas, como podemos ver na Figura A1 do Anexo A;
6. a consciência original que cada ser recebeu no momento da Criação é ilimitada. As limitações surgem em função dos condicionamentos que são agregados ao corpo quântico, ao longo da caminhada de evolução. Por pos-

suir consciência original, o espírito tudo sabe e, ao nos descondicionarmos, ampliando a consciência, acessarmos esse conhecimento, nos tornando seres de 1000, 2000, 3000 anos, ou mais;

7. involuntariamente, conforme a necessidade, e mesmo através da atuação do livre-arbítrio que o governa, o corpo quântico se contrai e se expande, expulsando condicionamentos. O alcance máximo que pode alcançar, no entanto, varia conforme o maior ou menor desenvolvimento da pessoa, mas seu Campo Quântico associado pode ser trabalhado para que se expanda mais, o que é bom, podendo alcançar distâncias enormes, o que, na prática, significa aumento do corpo quântico;
8. os Campos Quânticos de duas ou mais pessoas se influenciam construtiva ou destrutivamente, dependendo da evolução do espírito;
9. todos os seres da Criação estão ligados, formando uma grande rede, o que confirma o que disse David Bohm, físico inglês falecido em 1992: *“Todas as coisas e todas as pessoas estão interconectadas. O espaço está preenchido por estruturas invisíveis, canais de conexão. Não se dar conta dessa energia e perceber o mundo como uma estrutura fragmentada é uma grande ignorância”*;
10. existe o Bem e o Mal. Nossas escolhas, no que se refere ao Bem e ao Mal, provocam nossa evolução e estagna-

ção, respectivamente. O resultado dessas escolhas se apresenta como espaços de Luz ou marcas no corpo quântico, respectivamente;

11. você pode ser uma pessoa hoje e outra amanhã, conforme a *esfera de adaptação* que estiver acessando em determinado momento. Abordo esse tema em detalhe em *Inteligência Quântica e as Múltiplas Personalidades do Bem*;
12. quando crianças, nossa capacidade para acessar qualquer parte do corpo quântico é maior. Por isso é importante estimular o raciocínio e as habilidades físicas das crianças, deixando-as livres para acessarem suas capacidades. Com isso estarão abrindo os arquivos de talentos na biblioteca de seus espíritos para acessarem capacidades desde cedo;
13. podemos interferir no campo do outro, mas isso não deve ser feito deliberadamente, pois significa interferir em seu livre-arbítrio;
14. uma pessoa fica parecida com outra em função da proximidade frequente de seus Campos Quânticos;
15. a influência de Campos Quânticos pode acontecer mesmo à distância;
16. quando a pessoa está desatenta e, portanto, desprotegida, fica à mercê de influências externas, e a aura da saúde é a fronteira, a primeira a ser atingida;

17. um bom trabalho de terapia expande os espaços entre as esferas de adaptação, preenchendo-os com matéria de boa qualidade.

Os primeiros dezessete postulados específicos fornecem condições para que possamos iniciar o entendimento da forma como atuam e interagem nossos Campos Quânticos, mas quero deixar aberta a porta para novos postulados específicos.

PERGUNTAS INTERESSANTES

1. De que forma uma pessoa influencia o Campo Quântico de outra? Isso depende da natureza da relação que existe entre elas. O Campo Quântico de um casal que se ama, por exemplo, possui elementos semelhantes e, quando estão juntos, os campos produzem algo como uma interferência construtiva, ampliando os campos de cada um. Algo diferente acontece, quando os campos de duas pessoas são de naturezas diferentes. Ocorre uma interferência destrutiva; os campos se encolhem e produz-se uma sensação de desconforto.

2. O que é o fenômeno da clarividência? Quando aprendemos a lidar com nosso Campo Quântico, nossos sentidos se potencializam. Conseguimos assim visualizar e ouvir coisas que acontecem à distância.

3. Qual a natureza do material formador dos Campos Quânticos? Natureza elétrica dos átomos em movimento.

4. *A distância física tem influência na interferência dos Campos Quânticos?* Quanto mais livre, natural e descondicionada for a pessoa, maior é sua capacidade de atuar, com seu campo, em distâncias maiores. Pessoas com campo fechado atuam apenas em distâncias cobertas pela visão e pela audição.

5. *Qual é o efeito produzido nos Campos Quânticos de pessoas que convivem socialmente?* Se usássemos óculos especiais que nos possibilitassem visualizar a interação dos Campos Quânticos das pessoas, teríamos dificuldade para reconhecer a delimitação das pessoas nos grupos. Poderíamos perceber pessoas com pequena área de atuação, o que as faz terem dificuldade de atrair para si boa sorte, por exemplo, no trabalho e no amor. Assim se mostra o desenho do Campo Quântico de pessoas egoístas que não atraem para si aquilo que desejam, por serem incapazes de amar adequadamente, por terem medo de se entregar, ou medo de compartilhar. Quando existe identificação entre as pessoas, os campos se somam, produzindo-se interferência construtiva. Do contrário, ocorre interferência destrutiva que pode contribuir para que aumente ainda mais a antipatia entre uma e outra. Quanto aos campos coesos, entendemos por que pessoas assumem atitudes em grupo que não assumiriam estando sozinhas, como em campos de futebol por exemplo.

6. *Qual é o efeito produzido nos Campos Quânticos de pessoas que dormem juntas?* Dormir é estar, de certa forma,

mais livre no aspecto das defesas energéticas. Por isso não é aconselhável que pessoas, em momentos de vida diferentes, durmam na mesma cama, para que a independência e a personalidade não sejam afetadas. Pior é o caso de mães e filhos, ou pais e filhos, que passam anos e anos dividindo a mesma cama, mesmo na idade adulta. Outro exemplo é o de crianças que dormem com os pais. Elas demoram mais para se desenvolverem emocionalmente. Uma criança não deve dormir com os pais, porque a natureza do campo da criança é diferente da natureza do campo do adulto. A forte presença da quantidade maior de átomos do adulto impede que o campo da criança exercite a devida expansão. Com isso, perde a criança ótima oportunidade de futuramente se tornar um adulto seguro. Quando isso persiste por mais tempo, até a adolescência e mesmo a idade adulta, a pessoa encontra dificuldades de realização profissional e pode até mesmo demorar a admitir a possibilidade de formar uma nova família.

7. Qual é o efeito produzido nos Campos Quânticos de pessoas que mantêm relação sexual? O efeito poderá ser positivo ou negativo, conforme a situação. Relação sexual sem amor é algo bastante prejudicial pelo condicionamento que causa em quem se submete. Quem diz que faz isso por realização carnal está colocando a matéria acima do espírito e criando para si uma dependência física. O corpo não manda no espírito. Quem assim age se encontra desprovido de uma força de atração capaz de trazer para perto de si o ver-

dadeiro amor, que é muito mais significativo. Por outro lado, as relações sexuais que são motivadas pelo amor geram crescimento e força. Quem ama tem motivo para aumentar seu campo vibratório e alcança muitas outras vitórias na vida. E aqui não me refiro somente ao amor entre casais, mas ao amor de uma forma geral: o amor pelas pessoas, pelos animais, pelas crianças, pelas plantas, pelas vitórias, pela vida, enfim.

COMO UTILIZAR A TEORIA DOS CAMPOS QUÂNTICOS PARA OBTER O MÁXIMO DE EVOLUÇÃO

A partir do momento em que passamos a nos conhecer melhor, podemos atuar conscientemente sobre aquilo que nos influencia. Isso é o que acontece, quando passamos a conhecer melhor o nosso corpo e as nossas reações. A seguir, vou apresentar algumas formas de utilização da Teoria dos Campos Quânticos, para obter o máximo de evolução.

Saiba que, se você se empenhar em aplicar em seu dia a dia o que coloco, certamente a reprogramação de sua memória celular e os descondicionamentos que resultarão dessa reprogramação ampliarão sua consciência e, dessa forma, você será capaz de descobrir formas próprias de atuar positivamente através de seu Campo Quântico. Essa é a ideia principal: que você se torne independente e capaz de trazer

seus talentos, suas capacidades, e que se torne agente ativo da própria felicidade.

Para começar você pode utilizar o conhecimento adquirido da seguinte forma:

- em primeiro lugar, passe a se respeitar mais pela história que já construiu em uma trajetória corajosa de tantas vidas;
- estabeleça formas de proteção energética efetivas, algumas das quais você pode encontrar no Anexo C;
- sobre a *Biblioteca do Espírito*, há formas de acessá-la. São portas para a ampliação de consciência. Acesse conhecimentos da biblioteca de seu espírito a cada vez que precisar fazer alguma coisa. Inicie o trabalho com a atitude dos realizadores, sabendo que vai conseguir, porque o conhecimento necessário está em você. Relativamente ao aprendizado, o que está na biblioteca de nosso espírito é acessado, quando aprendemos uma nova matéria, a tocar um instrumento, etc. O que aprendemos nos bancos escolares é fundamental, mas não deixa de ser uma pequena parte de todo o conhecimento adquirido durante as nossas muitas existências;
- é certo que você será capaz de realizar qualquer tarefa que se apresente a você, porque você tem todos os instrumentos necessários para isso. Se uma situação se apresenta, é porque você tem condições de dar conta. Aí está interferindo a Divina Providência;

- deixe de ser impulsivo. Agora que você sabe quais as consequências para o seu corpo quântico de atitudes impensadas, avalie melhor cada atitude antes de tomá-la.

EXEMPLOS DA INFLUÊNCIA DOS CAMPOS QUÂNTICOS

Exemplo 1

Quantas vezes, ao ler um livro com um estilo específico, poesia, por exemplo, não passamos até a falar, usando o estilo do livro? É o campo do livro que se mistura com o campo de quem o lê. O mesmo acontece com músicas cuja melodia insistentemente volta à nossa mente, fazendo com que não consigamos parar de cantar, ou com um quadro colocado na parede, com uma mensagem ou mesmo só com uma figura. Ao ler todos os dias a mensagem, ou visualizando a figura, estamos assimilando a ideia, porque o nosso campo passa a ser influenciado por sua vibração. Sobre isso tenho um exemplo bem interessante. Certa vez, na recepção de um consultório médico, observei um quadro grande colocado bem à frente de quem entrava. Era uma obra abstrata em que o artista, motivado por seus condicionamentos, resolveu deixar escorrer tinta vermelha na tela. É claro que cada um veria na obra aquilo que fazia parte de seu corpo quântico, mas é de se esperar que a grande maioria enxergasse sangue escorrendo na tela. A impressão não era bonita. Um quadro desses, com

certeza, não traz nenhum benefício para a cura das pessoas, o que o torna inadequado em um consultório médico e em qualquer outro lugar.

Exemplo 2

Posso dar também o exemplo de uma pessoa que está caminhando à sua frente. Ela tropeça e quase cai. Não foi você que tropeçou, mas, ao visualizar a cena, você sente uma onda de calor no corpo igual, ou muito parecida, com a que foi sentida pela pessoa que tropeçou. Alguém poderia dizer: se existe um campo, por que quem não estava olhando não sente a onda de calor? Porque um campo só age sobre nós, quando damos permissão. E a permissão é dada, quando não nos defendemos. Em nosso exemplo, a permissão foi dada no momento em que nos ligamos à outra pessoa através da visão. A influência, por outro lado, poderá ser exercida através do som. De uma forma mais direta do que a influência exercida pela visão, a exercida pelo som nos atinge mais intensamente, porque a vibração sonora não precisa ser reconhecida pelo cérebro como no caso da visão. O som atinge diretamente o campo que envolve o corpo físico da pessoa. Por isso cantar é o primeiro Comportamento Quântico. Como a maioria das pessoas não sabe disso, sofre com toda sorte de influências externas, sem saber como se proteger. Uma das propostas deste livro é ensinar como estabelecer conscientemente essa proteção.

Exemplo 3

Uma das mais intensas formas de influência de Campos Quânticos acontece através do computador, nas conversas via Chat. A Internet é um espaço muito aberto, com muitas pessoas interagindo. Sua influência é mais forte inclusive do que a que pode ser sentida nos contatos telefônicos. Não podemos esquecer que somos seres quânticos, formados por átomos que se agrupam por atração. O que viaja entre computadores interfere, por ser energia mais sutil, nem por isso menos significativa, uma vez que pode contagiar Campos. No que se refere às comunicações pela Internet, temos inúmeros exemplos de pessoas que se deixam levar pelos outros, acreditando-se protegidas pela privacidade de suas casas. No entanto desconhecem o quanto estão expostas.

Hábitos de proteção

Hoje o mundo é diferente. A teia que liga, e sempre ligou todos os seres, hoje promove uma interação energética mais intensa entre pessoas, animais, vegetais, minerais e o ambiente como um todo, porque os campos de todos estão interagindo mais, em função das modificações que vêm ocorrendo em seus corpos quânticos, nas últimas décadas. São modificações de evolução necessárias e positivas. No entanto, essa abertura que faz com que a nossa capacidade de percepção seja maior também produz uma pseudofragilidade, que faz com que uma palavra mais áspera enfraqueça a pessoa atingida por ela; que faz com que a frequência vibratória mais pesada de alguém provoque certos abalos no ambiente em que estiver; que faz com que, mesmo pelo telefone, a tristeza contagie quem está do outro lado do fio; e outros tantos exemplos de influências indesejáveis que poderiam ser colocados. Por tudo isso, enquanto não são desenvolvidas as competências necessárias para evitar que esse tipo de in-

fluência provoque baixas de energia, é preciso que as pessoas se adaptem à nova realidade, se protegendo como puderem. Por isso, a seguir vou colocar algumas estratégias de proteção que podem ser utilizadas por qualquer pessoa em sua rotina diária. São condutas que auxiliam todas as pessoas em seu comportamento no dia a dia, porque já é hora de divulgar, para mais pessoas, práticas que ficaram em segredo e que só alguns grupos de iniciados conheciam. Isso se faz necessário para que possamos auxiliar o desenvolvimento da sociedade como um todo.

O que vou colocar não deve, de forma alguma, fazer com que se enfraqueçam as relações de amizade entre as pessoas. Pelo contrário, são formas de fazer com que as relações possam se fortalecer ainda mais, mas de forma segura e construtiva.

1. Vigie seus pensamentos. Essa é a base de todas as formas de proteção, lembrando que pensamento é matéria, uma vez que direciona o Campo Quântico, criando possibilidades.
2. Proteja seu plexo solar, ou seja, a região que fica na altura do estômago. Veja que os padres, inclusive, mantêm suas mãos confortavelmente colocadas nessa região. Assim, quando estiver conversando com alguém que esteja com baixa frequência vibratória, sente-se de lado, de forma que o seu plexo solar não fique voltado de frente para o outro. Leve a sua mão ao plexo solar. Não fique de frente

para o seu interlocutor. De frente, mesmo que haja uma mesa entre ambos, seu fluido vital poderá estar sendo sugado. Como esse conhecimento, com o tempo, será disseminado, seja discreto para não ofender quem estiver conversando com você.

3. Sempre que estiver se sentindo enfraquecido, pelo motivo que for, una suas mãos, como em posição de prece. Pode inclusive esfregar uma na outra, produzindo calor. Com isso você estará equilibrando a energia do lado direito e do lado esquerdo do corpo. Respire mais calmamente e se tranquilize, tendo a confiança de que tudo está certo e de que você vai ficar bem.
4. Sempre que chegar em seu trabalho, em uma festa ou em qualquer outro ambiente onde houver reunião de pessoas, envolva-se em um *ovo azul* com uma blindagem de luz prateada por fora. Isso protegerá seu campo de ataques produzidos pelos pensamentos de outras pessoas. Mesmo inconscientemente, algumas delas são invejosas, e é preciso estabelecer as formas de proteção necessárias para evitar que nosso campo seja afetado. Essa forma de agir evita, inclusive, que quem a utiliza fale mais do que deve, porque a pessoa se torna mais atenta. O ideal é fazer disso um hábito. Em situações de embate, concentre-se em manter o seu *ovo azul*, e você verá que nem sentirá vontade de discutir.

Imagine a situação. Se você conhece uma pessoa **espi-nhenta**, daquele tipo que adora dar uma indireta ou gerar

culpa, ou fazer uma crítica, ou pior... lhe encher de desaforos... Pode ser um chefe que faz questão de ressaltar a sua suposta incompetência; uma mãe ou pai que, em vez de elogiar, adora apontar seus pontos fracos; um marido ou uma esposa que não conseguem sossegar um minuto e que, em vez de procurar manter a harmonia da família, estão sempre levantando polêmica em relação ao comportamento de todos. Vejamos, em mais detalhe, como fazer a **proteção do ovo azul com prata**.

Faça o seguinte: crie e se coloque em pé dentro de um ovo azul luminoso. O interior do ovo será todo azul, e ele terá uma casca de aproximadamente 30 cm de prata. Essa matéria prata vai ser a sua blindagem contra o ataque que vem de fora. Você estará protegido lá dentro, e nada do que o outro fizer poderá atingi-lo.

Com o tempo, a sua habilidade em formar o ovo de proteção aumentará e você vai passar a estar dentro dele com mais frequência, porque se lembrará de gerá-lo com mais frequência.

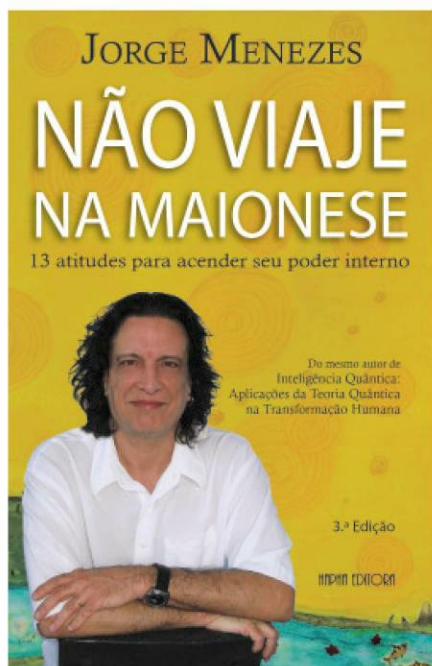
Lembre-se de que isso não é imaginação. Você realmente cria esse campo, mesmo que não tenha a capacidade de enxergá-lo.

OBRAS DE JORGE MENEZES

EM ORDEM CRONOLÓGICA

www.jorgemenezes.com

Acesse nossa rádio web: www.iqradioweb.com



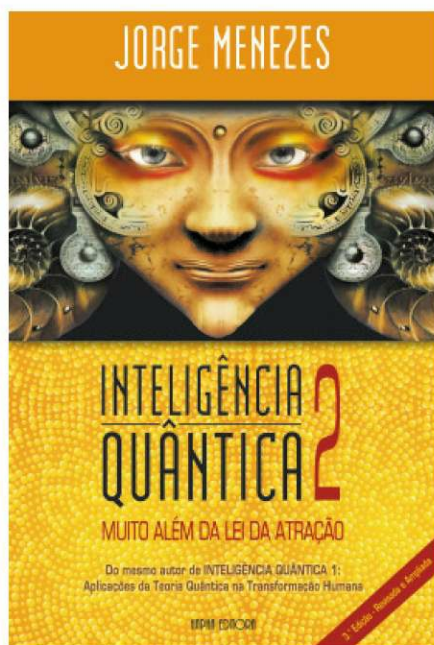
NÃO VIAJE NA MAIONESE: **13 Atitudes para acender** **seu Poder Interno**

É resultado da prática, da observação, do atendimento em consultório, do treinamento de equipes, de palestras proferidas a grupos bastante diversos de profissionais, todos com as mesmas necessidades – vencer, ser feliz, aprendendo como se faz, da melhor maneira, “essa tal felicidade”.



INTELIGÊNCIA QUÂNTICA: **Aplicações da Teoria Quântica** **na Transformação Humana**

Neste livro, um manual prático e interativo, Jorge Menezes, partindo dos resultados cientificamente comprovados que vem obtendo há mais de vinte anos em seus atendimentos, apresenta estratégias para a aplicação da Teoria Quântica em nossas vidas. É a Física Quântica estudada na intersecção dos conceitos de matéria e espírito, o que representa um salto na conquista do que hoje se afirma ser possível através dessa nova perspectiva científica.



INTELIGÊNCIA QUÂNTICA 2:
Muito além da Lei da Atração

Durante muitos anos, somente um reduzido número de pessoas conhecia e fazia uso de seu poder pessoal, ou seja, do poder oriundo de sua vontade. A isso se chamava magia. Hoje a Terra vive um momento em que esse conhecimento se torna disponível, deixando a esfera do sobrenatural. Chegamos, portanto, a um ponto crítico do caminho, porque estamos recebendo instrumentos e temos que decidir o que fazer com esse poder. Estamos avançando e precisamos fazer o curso do rio seguir pelo caminho do bem, do respeito pelo outro e do desejo de evolução espiritual acima da ilusória satisfação de pequenos prazeres pessoais.



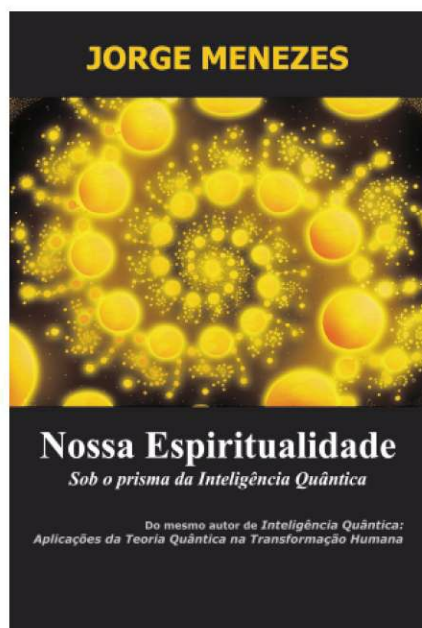
INTELIGÊNCIA QUÂNTICA 3:
Por um Amor Sincero

Afinal ter um amor não é um simples capricho. É um anseio da alma, pois que acelera a evolução do ser. E todos têm direito ao amor, desde que abram espaço, em suas vidas, para a sua chegada. Neste livro, Jorge Menezes indica os sinais que lhe ajudarão a identificar seu amor sincero e propõe que você dê oito passos para atravessar seu deserto pessoal. E essa é a estratégia que deverá ser utilizada para abrir o espaço necessário para a chegada do amor em sua vida.



**VOCÊ COM
INTELIGÊNCIA QUÂNTICA:
*A Sabedoria do Guerreiro***

Não é preciso ser homem e forte fisicamente para ser um guerreiro. O espírito do guerreiro pode residir no corpo de uma mulher, de uma criança ou de um idoso. O que importa é a postura com que interage com o mundo e com as outras pessoas. O verdadeiro guerreiro é aquele que tem capacidade de mostrar reações positivas diante das circunstâncias da vida, dando o bom exemplo. Somos guerreiros para mostrar aos outros como ter força para se levantarem. Assim a grande atitude de um guerreiro é ser humano.



**NOSSA ESPIRITUALIDADE
*sob o prisma da
Inteligência Quântica***

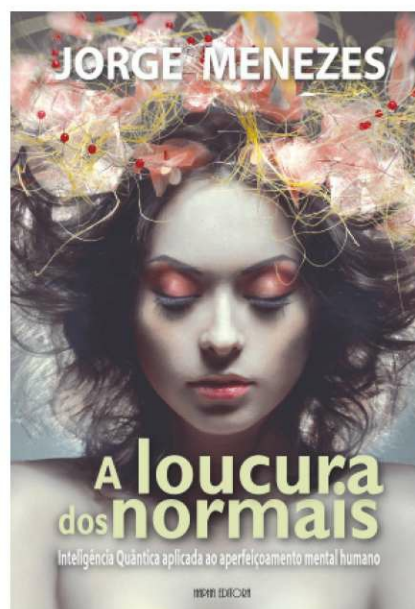
Em *Nossa Espiritualidade sob o prisma da Inteligência Quântica*, Jorge Menezes propõe que tomemos consciência da linha infinita de nosso espírito. Com a consciência de que somos espíritos, passamos a lidar com a espiritualidade de forma natural. Passamos a compreender que a espiritualidade faz parte do conjunto de elementos que todo ser humano deve desenvolver para desfrutar de uma vida plena e feliz. Um livro para compreender o espírito, a mediunidade, a intuição e os trabalhos desenvolvidos pelo homem a partir dos fenômenos espirituais.



NÃO FIQUE SÓ

Viva com Inteligência Quântica

Abrir espaço em sua vida para a união significa dar um salto de crescimento, pautado em um estado mental e emocional saudável. Em *Não fique só: viva com Inteligência Quântica*, Jorge Menezes mostra que a sensação de solidão surge, quando a pessoa perde o contato com sua alma. Assim, quando o ser se reencontra com sua alma, através da reorganização de seu corpo quântico, deixa de sentir solidão e abre espaço para a união em sua vida. Em *Não fique só*, encontramos um manual prático, pois a forma simples e agradável do texto permite que o livro seja utilizado no dia a dia, para o crescimento pessoal, levando à plenitude das relações.



A LOUCURA DOS NORMAIS

Inteligência Quântica aplicada ao aperfeiçoamento mental humano

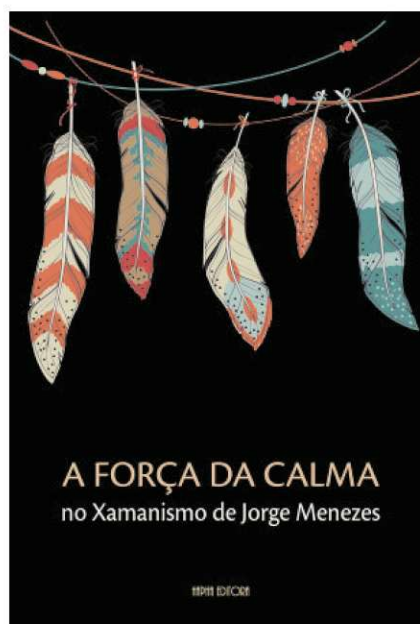
A mente humana, suas incríveis potencialidades, seus desequilíbrios, as ferramentas disponíveis para o seu aperfeiçoamento, bem como o cenário da sociedade que, ao mesmo tempo, é pano de fundo e gerador das experiências de dificuldade e também de evolução pelas quais passa a raça humana na atualidade são os assuntos abordados nesse livro. Chegou a hora de compreender mais profundamente nossa esfera mental, o que só pode ser alcançado a partir do reconhecimento de nosso espírito. Diante desse quadro, a Inteligência Quântica surge como estratégia eficiente para a compreensão e exercício saudável dos atributos da mente e do espírito, pelo tanto que torna plena a manifestação das faculdades mentais humanas.



INTELIGÊNCIA QUÂNTICA

e as Múltiplas Personalidades do Bem

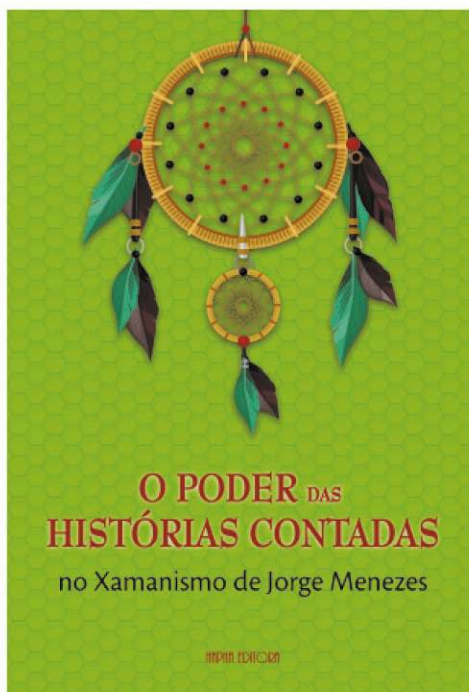
Este livro vem para acender o sorriso de sua alma, e você se tornará consciente de que é possível estabelecer uma personalidade ideal, de acordo com os seus critérios, as suas necessidades, a partir de todo o conjunto de habilidades que você adquiriu ao longo de sua existência infinita. Ao ser humano, não bastam mais as satisfações que a vida material pode oportunizar. Queremos felicidade plena, Iluminação. Penetrando nesse universo em que a magia é possível, você desenhará sua personalidade do bem, acendendo luzes intensas e coloridas em seu corpo quântico e contribuindo para que nosso planeta evolua de forma que possamos experimentar uma onda de boa vontade envolvendo todos os seres.



A FORÇA DA CALMA

no Xamanismo de Jorge Menezes

O Xamanismo em sua origem, o que ele significou e o que ele significa hoje, o que sua prática oferece, a quem ele pode ajudar, quem pode praticá-lo, o que significa uma iniciação xamânica, e a forma como são conduzidas vivências de Xamanismo em nosso tempo são alguns dos assuntos abordados neste livro. Unindo o Xamanismo à Inteligência Quântica, Jorge Menezes apresenta uma forma de ver e de executar as práticas xamânicas com o auxílio do mais forte componente do poder xamã, que é a calma. Um livro simples, com palavras simples, conceitos e exercícios simples, assim como devem ser simples todas as pessoas. Como é simples o xamã durante toda a sua vida e por isso consegue ligação íntima com a natureza e o Grande Mistério.



**O PODER DAS
HISTÓRIAS CONTADAS**
no Xamanismo de Jorge Menezes

As histórias contadas no Xamanismo de Jorge Menezes revelam o poder da simplicidade e da não intencionalidade. Assim, sem procurar dar recados a essa ou àquela pessoa, cada história contada abre portais capazes de atender a infinitos propósitos, tantos quantos são as necessidades das pessoas, em cada um de seus momentos de vida, porque falam diretamente ao espírito e possibilitam o natural desenvolvimento da Inteligência Quântica. Essa magia é capaz de levar o ser a reencontrar e a viver o propósito de sua alma.

Cada uma das histórias contadas neste livro já foi contada inúmeras vezes. Imantadas pela força de muitas vitórias

alcançadas através de seus relatos em rodas de cura, e mesmo em atendimentos individuais, todas carregam em si o potencial de mudar comportamentos, curar, ampliar consciências, reprogramar a memória das células, reconduzir quem se perdeu do caminho que seu espírito desenhou antes do nascimento.

Este é um livro que fala basicamente de conduta, de hábitos, de formas de agir que se amparam na natureza do espírito xamã. Ele pede que se abra um rasgo no tempo para que suas histórias sejam recebidas pelo espírito sempre ávido por luz, oferecendo, a todos que quiserem, mais uma alternativa para auxiliar em seus processos pessoais de cura, de melhoramento pessoal, de abertura para a Arte de Ser Feliz.



51 3024-8212

jm@jorgemenezes.com

www.jorgemenezes.com

www.iqradioweb.com